
กร...ครับผม


“เข้าใจไหม..เด็กวัด”
“เข้าใจแล้วครับผม”

“การ**เริ่มต้นชีวิต** ก็เหมือน...การ**ติดกระดุม**

ถ้าเราติด**เม็ดแรก**ให้มัน **ถูกต้อง**...เท่ากันแล้ว

มันก็จะ..ไล่เรียงเม็ดต่อๆ ไปได้ **ครบสมบูรณ์**

สุดท้ายมันก็จะ **ถูกต้อง...สวยงาม** ทั้งหมด”

“วัวที่ดี...คอจะต้องแตก

ลูกรัก ลูกที่ดี...

ก็จะต้อง**เป็นขี้ปากของพ่อแม่**เช่นกัน”

พระบรมราโชวาท
พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช



คำพ่อสอน

“...**เด็กไทยต้องฝึกอบรมธรรมจริยาให้สมบูรณ์พร้อมในตนเอง** จักได้เป็นคนดี มีคุณมีประโยชน์ และสามารถรักษาตัว รักษาชาติบ้านเมืองให้ดำรงอยู่ได้ด้วยความเจริญมั่งคงต่อไปได้...”

พระบรมราโชวาท พระราชทานลงพิมพ์ใน
หนังสือ “วันเด็ก” ประจำปี ๒๕๓๔

“...**คนทุกคนมีหน้าที่ต้องทำ แม้เป็นเด็กก็มีหน้าที่อย่างเด็ก** คือศึกษาเล่าเรียน หมายความว่าจะต้องเรียนให้รู้วิชา ฝึกหัดทำการงานต่างๆ ให้เป็น อบรมขัดเกลาความประพฤติและความคิดจิตใจให้ประณีต ให้สุจริต แจ่มใส และเฉลียวฉลาดมีเหตุผล เพื่อจักได้เติบโตขึ้นเป็นคนที่มีความรู้ความสามารถและมีประโยชน์ต่อชาติบ้านเมือง...”

พระบรมราโชวาท พระราชทานเพื่อเชิญลงพิมพ์
ในหนังสือ “วันเด็ก” ประจำปี ๒๕๓๕



“...การที่บุคคลจะพัฒนาได้ก็ด้วยปัจจัยประการเดียวคือ การศึกษา การศึกษานั้นแบ่งเป็นสองส่วน คือ การศึกษาด้านวิชาการส่วนหนึ่ง กับ **การอบรมบ่มนิสัย ให้เป็นผู้มีจิตใจใฝ่ดี ใฝ่เจริญ มีปรกติละอายชั่วกลัวบาป** ส่วนหนึ่ง การพัฒนาบุคคลจะต้องพัฒนาให้ครบถ้วนทั้งสองส่วน เพื่อให้บุคคลได้มีความรู้ไว้ใช้ประกอบการ และ**มีความดีไว้เกื้อหนุนการประพฤติปฏิบัติ** ทุกอย่างให้เป็นไปในทางที่ถูกที่ควร และอำนวยผลเป็นประโยชน์ที่พึงประสงค์...”

พระบรมราโชวาท ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร
ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
วันศุกร์ที่ ๒๔ มกราคม ๒๕๔๐



...คำนำ...

เด็กชายกร.. หรือน้องกร เด็กวัดป่ามณีกาญจน์ ทำอะไร เป็นเด็กแบบไหน ทำไมใครๆ ที่ได้พบเจอ ได้รู้จัก ถึงได้หลงรัก และเอ็นดูในความน่ารักของเด็กชายตัวน้อยๆ คนนี้กันมากมายนัก แม้แต่แฟนคลับชาวต่างชาติหลายๆ คน ยังยอมบินมาเมืองไทย เพื่อมีโอกาสได้มาวัด ได้มาพบเจอกับเด็กชายคนนี้สักครั้งหนึ่ง.....

คำถามเหล่านี้ เกิดขึ้นมา ในวันนึงที่พวกเราได้นั่งมองดู น้องกรทำหน้าที่เด็กวัดอยู่ข้างๆ พระอาจารย์อำนวยของเขา ภาพของญาติโยมมากมาย ทั้งพ่อแม่ลูกหลาน ปู่ย่าตายาย จูงมือกันมาวัดมาทำบุญร่วมกัน ในวันหยุดสุดสัปดาห์ แถมพ่วงท้ายด้วยการได้มาพบเจอ มาเล่นกับน้องกรหลังจากที่ทำหน้าที่ของเขาเสร็จเรียบร้อย ทำให้เราอยากที่จะหาคำตอบของคำถามนี้ จนเมื่อเราได้พบคำตอบที่น่ารักและแสนจะน่าประทับใจ จึงขอรวบรวมและถ่ายทอดสิ่งดีๆ เหล่านี้ออกมาเป็นหนังสือเล่มนี้ เพื่อหวังให้เกิดประโยชน์ที่ดีต่อเด็กๆ และทุกๆ ครอบครัว

"กร"... เสียงเข้มๆ ของพระอาจารย์อำนวยที่คอยเรียกชื่อลูกศิษย์ตัวน้อยๆ อยู่เสมอๆ

"ครับผมมมมม"... เสียงขานรับเจื้อยแจ้ว ที่มาพร้อมรอยยิ้มแก้มยุ้ยๆ ของลูกศิษย์ตัวน้อย ที่หากใครได้พบเห็นก็อดไม่ได้ที่จะอมยิ้ม และอารมณ์ดีไปกับความน่ารัก สดใสของเด็กชายตัวน้อยๆ คนนี้.... โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในยามที่เขากำลังปฏิบัติตัว หรือทำกิจกรรมต่างๆ ตามคำสั่งสอนของพระอาจารย์ผู้เป็นที่รัก ซึ่งเขาบอกว่า **"นี่คือหน้าที่ของเขา"**... หน้าที่ที่เขาลงมือทำด้วยตนเองด้วยความเต็มใจและภาคภูมิใจ กับการเป็น ...



"น้องกร เด็กวัดป่ามณีกาญจน์"

"ทำบุญทำทานเท่าที่จะทำได้..ทานมีตั้งหลายแบบ ทานกำลังกาย ก็ได้.. เอาเรี่ยวเอาแรงของเรามาเก็บกวาดช่วยการงานที่วัด ก็เป็นการทำทานด้วยกำลังกาย **ธรรมทาน**.. ช่วยแนะนำในสิ่งที่ดีๆ ช่วยกันสอนเด็ก แนะนำกันก็เป็นทานแล้ว แม้กระทั่ง **อภัยทาน** แก้จิตใจตัวเอง ให้อภัยซึ่งกันและกัน ก็เป็นทานอีก..ทำไม่ยากเลย.. อย่างน้องกรนี้มาช่วยอาจารย์ตอนเช้าช่วยหิ้วตระกร้าก็ได้แล้วนี้ ทานกำลังกาย..."







"เด็กมาบวช มาอยู่วัดก็เหมือนมามองเห็นบุญคุณของพ่อแม่ ที่เคยคอยดูแลยามกินข้าว ยามนอน มาบัดนี้ดูแลตนเอง ... คิดถึงสิ คิดถึงแล้วทำยังไง ไม่ใช่ไปนั่งร้องไห้คิดถึง..คิดถึง.. ก็ **ตั้งสมาธิ เดินจงกรมเอาบุญให้พ่อ ให้แม่**ให้มากๆ ขึ้น..."



"เด็กงอแง จะเอาอันนั้น จะเอาอันนี้ พอหยิบอันนี้ให้จะเอาอันนั้น... พอหยิบอันนั้น จะเอาอันโน้น อย่าทำมันไม่ดี **เป็นเด็กวัดต้องง่ายๆ** อะไรก็ได้ กินอะไรก็ได้ **กินง่ายนอนก็ง่ายๆ .. ให้รู้จักเวล่ำเวลา** เข้าวัดปฏิบัติ อย่าเน้นแต่แค่เข้ามาวัด.. เราต้องมาวัดใจตน.. ขัดเกลาใจตนเอง"







"ญาติโยมเอาของอะไรมาให้ แบ่งเอาไปให้เด็กที่เรียบร้อย ถ้าตะโกนโวกเวก ไม่ต้องไปให้เลย.. อันนี้เป็นการสอนเด็กด้วย.. **เราสนับสนุนคนดี** ไม่ใช่ใครไปตะโกนเย้วๆๆ ...แล้วไปให้คนนั้นก่อน อย่างนี้ก็ตะโกนกันหมดเลย.. ทำให้เด็กไม่ดีนะ..."

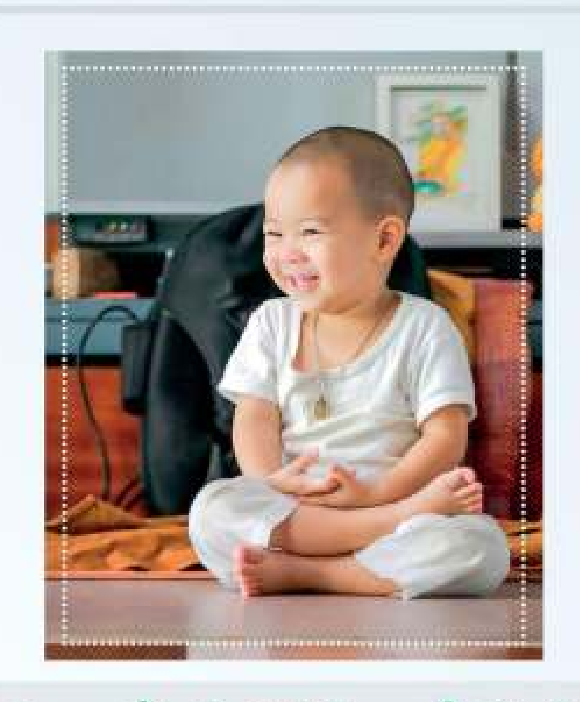


"การให้รางวัล... เราต้องให้คนดี... **ใครทำความดี เราให้รางวัล** เหมือนมีพี่กับน้อง อีกคนทำดีแทบตาย พ่อแม่กลับไปโอ๋ ไอ้คนที่ร้องไห้ คนที่ดื้อ งี่เง่า ไอ้คนที่ทำความดีเลยหมดอารมณ์ที่ทำดีเลย ทำความชั่วดีกว่า พ่อแม่จะได้โอ๋ นี่เป็นความผิดของผู้ใหญ่นะ ต้องบอก ต้องสอนเขาด้วย ...อย่าไปยอมเขา มันจะเกิดแข่งกันงี่เง่าเลย.. แบบนี้ พ่อแม่ลำบากแน่ๆ..."

“เพราะไม่งี่เง่า..ถึงน่ารัก ..อย่างี่เง่านะ”



“ใช้เหตุผลกับอาจารย์ได้ทุกอย่าง ..แต่ใช้อารมณ์ไม่ได้เลยนะ เพราะอาจารย์รักลูกศิษย์ จึงอยากให้ลูกศิษย์เข้มแข็ง **ความเข้มแข็งจะทำให้น่ารัก** ถ้าอ่อนแอจะน่าเกลียด...”



"ฝึกตัวเองให้ดี จิตดวงนี้ถ้าฝึกดี ก็นำสุขมาให้กับตัวเอง.. ตัวเรามีความสุข พ่อแม่ปู่ย่าตายายหรือใครๆ ที่อยู่ใกล้เราก็มีความสุขไปด้วย.. **ความสุขมีแต่เย็น ไม่ร้อน** ..แต่ถ้าฝึกไม่ดีแล้ว ก็ร้อน มีแต่ทำร้ายตัวเองนั่นแหละ น่าสงสาร คนรักกันทำไมไปทะเลาะกันเองทุกวัน.. รักกันไปทำร้ายกันทำไม..**รักกันก็ต้องเกื้อกูลกัน..."**

"เวลาสวดมนต์ ถ้าเอาใจใส่เข้าไปด้วย แล้วมันจะมีปีติ บางคนฟังครูบาอาจารย์สวด ฟังแล้วน้ำตาไหล เพราะท่านเอาใจ ใส่เข้าไปด้วย อย่างหลวงปู่อ่อน, หลวงปู่หลุยส์, หลวงปู่ฝั้น ฟังแล้วระรื่นหู ฟังแล้วท่านสวดด้วยความตั้งใจ..."

"นั่งหลังตรง หน้าตรง ใจก็ตรงด้วย
ลมหายใจเข้า "พุท" ลมหายใจออก "โธ"..
หลังตรงๆ ไว้เป็นผู้นำ .. ถ้าใครเป็นขี้ข้า
หลังงอๆ..ยิ่งนอน ยิ่งเป็นขี้ข้าใหญ่เลย
**หลับตาแล้ว "พุทโธๆ" ไว้.. หลับตาจะได้
เห็นใจตัวเองว่า** มันตรงหรือไม่ตรง
ให้มันสว่างเหมือนหลวงปู่สอน .. **ฝึกดีๆ
แล้วจะนำสุขมาให้..."**



“เราต้องทำงานเอง อย่าไปหวังคนอื่น หวังกินแรงคนอื่นมาช่วย.. มันไม่ได้หรอก ต้องทำเอง หนักเอาเบาสู้ การทำงานมันค่อยเป็นค่อยไป เพราะเราทำด้วยใจ ฉะนั้นหากเราทำด้วยใจรักแล้ว ไม่มีปัญหาการค้าการขาย ทุกวันนี้มีปัญหาที่ใจของคน เพราะใจไม่บริสุทธิ์ ฉะนั้น**ถ้าใจเราบริสุทธิ์ ยังไงมันก็ต้องอยู่ได้..เราทำด้วยใจ...”**







“เรารักกันก็ต้องทำให้กัน.. พ่อแม่ก็ทำให้ลูก ลูกก็ทำให้พ่อแม่ ก็มีความสุข ครอบครัวเจริญ เรียกว่า**เราปันน้ำใจซึ่งกันและกัน..** อย่าทำตัวเฉยเมย เอาแต่ใจตนเอง เหมือนไม่มีใครอยู่ในหัวใจเลย คนไม่มีน้ำใจเหมือนกับต้นไม้ที่มันแห้งแล้ง ไม่ได้รดน้ำ ใบมันก็เหี่ยว ร่วงโรย ไม่งาม แต่**ถ้าเรามีน้ำใจเหมือนต้นไม้ได้น้ำ โอ้ย สดชื่นเหมือนหน้าฝน**เนี่ย แตกดอก แตกยอดใบอ่อน ดูแล้วงามตาเจริญเติบโต...”

“การ**มีระเบียบวินัย รู้จักกาลเวลา มันทำให้งาม** ดูยังไงก็งาม ในครอบครัวของพวกเรา ก็ต้องมีกฎกติกาในครอบครัว มีความพร้อมเพรียงกัน ไม่ใช่ต่างคนต่างคิดอะไร ต่างทำอะไร มันกระจัดกระจาย มันดูไม่งามหรอก.. เด็กมาฝึกที่วัดป่านี้ โตขึ้นแล้วงาม นั่งก็งาม หรือเวลาไปกิน ก็ไปกินเป็นระเบียบเรียบร้อยพร้อมกันทั้งหมด..อุ๊ยงาม...”

"พวกเรามากันเยอะๆ **ถ้าอยู่ในระเบียบวินัยเดียวกัน ..มันจะงามเหมือนกับดอกไม้นานาชนิด** ที่เอามาร้อยมาเรียงให้ดี กลายเป็นพวงมาลัยสวยงาม มีราคามีคุณค่าขึ้นมาเลย..

แต่ถ้าสายมันขาด มันก็กระจัดกระจายกันไป กลายเป็นขยะทันที ไม่มีมูลค่า.. ดูซิมันสำคัญตรงสายป่านที่ร้อยมันให้เป็นระเบียบเรียบร้อย กฎเกณฑ์ระเบียบวินัยต่างๆ ทำให้เราเรียบร้อยเหมือนกัน แล้วมันจะดูงาม **ถึงจะต่างเผ่าต่างพันธุ์...**"



"... วัดป่าของเรา สอนเด็กทำดี มีเหตุผล แล้วฝึกเขาให้เป็นผู้นำ สร้างคุณสมบัติของเขา ให้เขาไปได้ตลอดรอดฝั่ง **อดทนอดกลั้น รู้จักเวลา ทำอะไรจะได้ประสบความสำเร็จในชีวิต คนที่รู้จักเวลาจะบ่งบอกถึงผู้เจริญแล้ว ถูกฝึกมาดี...**"





"สอนให้ลูกให้หลาน รู้จักเวลา ไม่ใช่ปล่อยให้เล่นอยู่ตลอดเวลา ควบคุมไม่อยู่ ทะเลาะกันเอง ไม่ใช่เรื่องดีเลย คิดจะงี่เง่า จะเอาโน่น จะเอานี่ ต้องเอาไม้เรียวห้าม เพราะถ้าเราให้ไปแล้ว เท่ากับทำลายลูก แล้วลูกมันยังมาทำลายเรา.. แต่ถ้าทำความดีนี้ **รู้จักกาล รู้จักเวลา** ควรให้หรือไม่ให้ ผู้ใหญ่ต้องฉลาด ถ้าเขาทำไม่ดี แล้วเราไปยอมให้ เท่ากับสนับสนุนให้เขาทำไม่ดี พ่อแม่ต้องมีความรับผิดชอบกันด้วยนะ.. **ฝึกอย่างนี้ ครอบครัวมีความสุขนะ**"



"อดทน..อดทน..อดทน (ขันติ)... **ขันติทำให้เธองามขึ้น**..งามขึ้น..งามขึ้น **ทำอะไรจะได้ประสบความสำเร็จในชีวิต** เราต้องฝึกความอดทน มีเหตุผลกับตัวเอง วิริยะเพียรพยายามทำให้ดีที่สุด..."



“ขันติ บวกกับ โสรัจจะ บวกกับ วิริยะ (ความเพียรพยายาม) จะทำให้เรา ทำอะไรก็สำเร็จโดยไม่ย่อท้อ โดยเฉพาะ.. อิทธิบาท ๔ ต้อง**สร้างความพอใจ**ซะก่อนด้วย พอใจที่จะนั่ง พอใจที่จะสร้างความเป็นผู้นำให้กับตัวเอง”

“รักวัวให้ผูก รักลูกให้ตี นี้.. ไม่ใช่ตีลูกแล้วแม่จะมีความสุขที่ไหน แม่นี้ทุกข์กว่าลูกอีกนะ สงสารลูกจะตาย เขาเลี้ยงของเขามา ลูกเองไม่นึกถึงบุญคุณ ไม่นึกถึงความรักของพ่อแม่ว่ามากมายขนาดไหน มันต้องสอนหัดให้คิดกันบ้าง ไม่งั้นไม่มีจิตสำนึก ไม่คิดอะไรเลย โบราณว่า..มันไม่เห็นโลงศพ ไม่หลั่งน้ำตา ก็ยังเล่นอยู่นั่น พอเห็นโลงศพ ก็ร้องไห้จะตายจริงๆ หรือนี่...”







“**การทำอะไรต้องรู้จักเวลา**..เวลานี้เวลาอะไร เวลานั่งสมาธิก็ต้องนั่ง เวลากินก็ต้องกิน เวลานอนก็ต้องนอน เวลาเล่นอาจารย์ก็ปล่อยให้เล่น เวลานี้เวลาอะไร ดูใจตัวเอง เด็กๆ ก็เหมือนกันพวกเณรผ้าขาวที่มาฝึกนี้ต้องรู้จักเวลา **ถ้าเธอแยกแยะเวลาอะไรเป็น ไปอยู่บ้าน ไปร่ำไปเรียน ก็ไม่มีปัญหา...**”



"รู้จักกาลเวลา รู้จักสถานที่ รู้จักบุคคล เยี่ยมเลย หลวงปู่ย้ำแล้วย้ำอีก ใช้ได้ตลอดชีวิต..."



"รักกันตลอดไป... ตอนมีชีวิตอยู่ก็รักกัน ยามตายจากกันแล้ว ยังมาทำบุญให้กันอยู่ก็รักกัน นี่แหละความรัก ลองคิดดูดีๆ แล้วมาเตือนจิตเตือนใจของเรา..."

"การแสดงความรักที่ถูกต้อง.. เกื้อกูลกัน ดูแลกัน เป็นกำลังใจซึ่งกันและกัน เราจะไม่ทะเลาะเบาะแว้งกันเลย ..เดี๋ยวนี้คนที่ทะเลาะเบาะแว้งกัน ก็คนรักกันทั้งนั้นทำร้ายกัน กิเลสมันหลอก เรียกว่าประมาท คิดว่าจะไม่เป็นอะไร.. ประมาท เมื่อทะเลาะกันพูดจาเสียดแทงกระฟัดกระเฟียดใส่กัน ยังไม่ทันตาย แค่ป่วยแล้วก็ไปเฝ้ากันแล้ว.... หายเร็วๆ นะ จะไปบวชให้ ทำนู่นนี่ให้ ไปให้กำลังใจ ให้หายเร็วๆ พูดอย่างงี้มันก็ใจดี คนป่วยได้กำลังใจไป อยู่แค่วันสองวัน ได้ยาไปหน่อยหายเร็วๆ นะ... **ยาวิเศษอยู่ตรงใจ..."**



“วันหยุด ชวนกันมา**นั่งสมาธิภาวนา** แล้วพวกเราจะได้สงบเป็น **ความคึกคะนองมันก็จะน้อยลงๆ กลายเป็นความสงบ** ตอนนี้ก็คุยกันรู้เรื่อง...ครอบครัวก็มีความสุข การงานพ่อแม่ก็ดี การเรียนของลูกก็ดีขึ้น เพราะใจของเราดีขึ้น”





“ว่าด้วย ...เหตุและผล พระพุทธเจ้าได้บอกไว้ **...เหตุดี ผลก็ดี..** ถ้าเราอยากให้พ่อแม่รัก ก็ต้องเป็นเด็กดีตั้งใจเรียนหนังสือ...”



"...พระพุทธองค์สอนให้รู้จัก**การประหยัด** รู้จักการเก็บหอมรอมริบ ไม่ใช่ว่าไม่ใช้เลยนะ ไม่ใช้เลย ตระหนี่เหนียวแน่นใช้มากเกินไป เป็นคนสุรุ่ยสุร่ายก็ผิด ...ผิดทั้งคู่ **ท่านให้รู้จักการประมาณในการจับจ่ายใช้สอย ถึงจะถูกต้อง** รู้จักหา รู้จักการรักษาบำรุงของเก่าที่มีอยู่..เป็นผู้มีศีล เป็นตระกูลที่จะมั่งคั่ง แต่ถ้าไปทิ้งข้าว ทิ้งของ อยากได้อะไรก็งี่เง่า ร้องจะเอามาให้ได้ เสร็จแล้วก็เล่นนิดๆ หน่อยๆ ก็เบื่อ ก็โยนทิ้ง ...ถ้าอย่างงี้ "จน" สุดท้าย...ก็ทิ้ง แม้กระทั่งใจตัวเองด้วย ..ปล่อยกาย ปล่อยใจ กลายเป็นคนไม่มีคุณค่า ไม่มีราคา.. แต่**ถ้าเราให้ความสำคัญสิ่งต่างๆ รู้จักเก็บ รู้จักรักษา ประหยัด.. ไม่ทิ้งพ่อ ไม่ทิ้งแม่ ไม่ทิ้งตัวเอง ชีวิตก็จะมีคุณค่าขึ้นมาเลย...**"



“ถ้าเราเห็นแก่ครอบครัว.. ครอบครัวของเราก็จะมั่นคง เข้มแข็งขึ้น เพราะคำว่าครอบครัว ต้องมีเวลาให้ซึ่งกันและกันบ้าง โดยเฉพาะพ่อแม่ลูกได้มีเวลามาทำบุญ ทำทานพร้อมกันนี่ดีมากเลย เงินทองเท่าไหร่ ก็หาซื้อไม่ได้ .. ต้องทำ ต้องปฏิบัติ มันเกี่ยวข้องทางด้านจิตใจ เด็กๆ มาวัดพร้อมกับพ่อแม่ ดูเขายิ้มแย้ม ดีใจเขาก็จะมีกำลังใจของเขา การเรียนก็จะดีขึ้น พ่อแม่ก็เช่นกัน เห็นลูกยิ้มแย้มแจ่มใส ก็มีกำลังใจในการทำงาน ... อันนี้แหละ **เราควรมีวันครอบครัวกันบ้าง... ครอบครัวต้องทำอะไรพร้อมเพรียงกัน มีระเบียบวินัยถึงจะอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข”**



“อย่าไปอ้างโน่นอ้างนี่..ร้อนนัก ..หนาวนัก..เย็นนัก..กระหายนัก เรามีหน้าที่**อดทน รู้จักเวล่ำ เวลา** ...เวลากิน หิวไม่หิวก็ต้องกิน มากน้อยเรื่องของเรา แต่ต้องกิน ...เวลานอนก็ต้องนอน ง่วงไม่ง่วงก็ต้องนอน นอนภาวนาพุทโธๆ หลับไม่หลับ เรื่องของเรา แต่ต้องนอน ...เวลาตื่น จะง่วงยังไงก็ต้องตื่น ต้องลุกขึ้นมาทำข้อวัตรของเราแต่เช้า **...อันนี้แหละ กฎกติกาต่างๆ จะทำให้เราเข้มแข็ง** ทำอะไรได้สำเร็จ ไม่เป็นทาสของกิเลส”





“คนเราต้องรู้จักเรื่องเวลา.. กาลเวลา สถานที่ และบุคคล กาลเวลานี้เขาทำอะไรกัน ไม่ใช่เขากินอยู่ ก็ไปเล่นเกมส์กัน อันนี้ก็ผิดหลักธรรมแล้ว เราอยู่ร่วมกันต้องรู้จักเวลา มีงานการเกิดขึ้นก็ช่วยกันทำ เวลากินก็กินพร้อมๆ กัน...”

“ทหาร ผู้ที่เข้าไปก่อนก็นับว่าเป็นรุ่นพี่ ถ้าอยู่บ้านปู่ ย่า ตา ยาย พ่อ แม่ พี่ก็เกิดก่อนเรา **เราต้องรู้จักแยกแยะบุคคล การพูดการจา การแสดงกิริยาต่างๆ ก็ต้องให้เหมาะสมกับบุคคลนั้นๆ อย่างผู้เจริญ** อย่าเอาพ่อแม่มาทำเป็นเพื่อน ต้องให้ความเคารพ จะตีตนเสมอไม่ได้ พูดกับพ่อกับแม่ต้องมีหางเสียง...”



"การทำบุญกับครอบครัว อย่างน้อยที่สุด เราเริ่มด้วยการจะมาวัดอย่างพร้อมหน้าพร้อมตา พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตายาย ได้นั่งสมาธิเจริญภาวนาอาทิตย์ละครั้งก็ยังดี ลองจัดสรรเวลาให้ครอบครัวดูบ้าง จากเด็กที่พูดไม่รู้เรื่อง กลับบ้านก็จะพูดรู้เรื่องขึ้น ได้นั่งสมาธิ ได้ฝึกกราบ **กลับบ้านไปจิตใจจะพบความสงบ** จะเป็นเด็กมีน้ำใจด้วย เพราะเขาอยากได้บุญ ตอนแรกเขาอาจยังไม่รู้ว่าบุญคืออะไร ความมีน้ำใจ ช่วยการงานพ่อแม่ ตั้งใจเรียนหนังสือให้ดีๆ เชื่อฟังพ่อแม่ อันนี้ก็นับว่าเป็นบุญแล้ว เขาจะได้รู้..."



“ความเคารพพ่อแม่ เคารพครูบาอาจารย์ เคารพญาติผู้ใหญ่ ต่างๆ เป็นเรื่องที่ดี โตขึ้นเราต้องทำให้เข้มข้นกว่าเก่า ฝึกแล้วก็ต้องเอาไปใช้ประโยชน์ การไปเถียงว่ารู้..รู้แล้ว หน้างอใส่พ่อใส่แม่ รู้แต่ปริยัติ แต่ไม่เคยนำไปปฏิบัติ...”



"ความโกรธมันไม่ดี รู้แต่ก็โกรธเป็นประจำ นั่นเป็นปริยัติ เอามาเป็นภาคปฏิบัติเสีย แล้ว**ก่อนโกรธ ก็เอาเมตตาใส่เข้าไปมากๆ** ความโกรธมันจะได้ไม่เกิดขึ้นกับเรา หากความเมตตามันมีมากขึ้น ของมันขมรู้อยู่...ก็ใส่น้ำตาลเข้าไปเรื่อยๆ แล้วความขมมันก็หายไป จนมันกลายเป็นของหวานขึ้นมาเอง..."







“**เราต้องหาเวลาให้กับครอบครัว** ถ้าวันหนึ่งเกิดลูกเต้าเหล่ากอ มันเหม็นเบื่อหน้าพ่อแม่ เพราะอยู่ที่บ้านแล้วมันไม่มีความสุข เราจะรู้สึกยังไง ถ้าเราไม่**ทำตัวให้ลูกเห็นคุณค่าของเราตั้งแต่วันนี้** การที่ลูกไม่อยากอยู่บ้าน ไม่ใช่ปัญหาที่เกิดจากลูก แต่เป็นปัญหาจากพ่อแม่โดยตรง ที่ทำให้ลูกไม่มีความสุข ไม่อยากอยู่ในบ้าน.. ใช้เหตุและผลในการสอนลูก ตรงไหนควรชี้แนะก็ชี้แนะ มันเป็นหน้าที่ของพ่อแม่ครูบาอาจารย์ ถ้าพ่อแม่ไม่พูด ไม่กล่าวตักเตือน ก็ผิดที่พ่อแม่อีก พอลูกไปทำไม่ดีมา เขาไม่ได้ด่าลูก เขาด่าพ่อแม่...”



"จะทำการงานให้สำเร็จต้องใช้อิทธบาท ๔ (ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา) ในครอบครัวก็ต้องใช้อิทธิบาท ๔ ครอบครัวถึงจะประสบผลสำเร็จ มีความเจริญ... เพราะฉะนั้นอิทธิบาท ๔ จึงเป็นเครื่องแห่งความสำเร็จความเจริญ..."

o **ฉันทะ** คือ ความพอใจ.. สร้างความพอใจในครอบครัวของเราไว้

o **วิริยะ** คือ มีความเพียรพยามยาม.. ทำให้ครอบครัวมีความสุข พ่อแม่ทำให้ลูก ลูกก็ทำให้พ่อแม่

o **จิตตะ** คือ การเอาใจจดจ่ออยู่.. สนใจซึ่งกันและกัน

o **วิมังสา** คือ การใคร่ครวญหาเหตุผล.. มีปัญหาอะไรก็ให้พิจารณาหาเหตุผลแก้ไข









"**ผลของสมาธิ คือทำให้ความจำดีขึ้น** ควรให้ความสำคัญในเรื่องของสมาธิและความสงบด้วย ไม่ใช่พาลูกหลานไปเรียนพิเศษอย่างเดียว โดยที่ไม่มีเวลาให้เขานั่งสมาธิเลย ก็ไม่ถูกต้อง ไม่อย่างนั้นเขาจะเอาอะไรไปจำ..."

"จงพยายาม**ทำความดีในทุกรูปแบบที่ได้เรียนรู้** การประพฤติปฏิบัติทางกาย วาจา และใจ **ความไม่ดีก็จะหมดไป** ความดีก็จะเข้าไปแทนที่..."



“ความสุขทางใจ คือการเข้าใจสภาพความเป็นอยู่ของลูก ต่อให้เราเอาแก้วแหวนเงินทองข้าวของเยอะแค่ไหนมาทุ่มเทจนทับเขาตายก็ไม่มีประโยชน์อะไร เขาไม่ได้ต้องการ

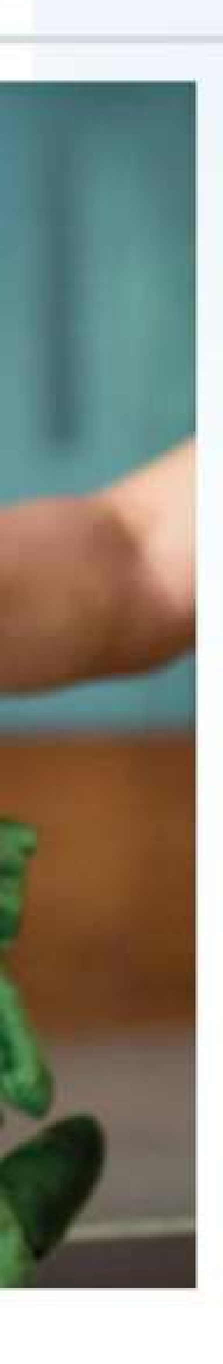


... เขาต้องการความสุข ความสุขที่จะเกิดขึ้น ก็คือความเข้าใจซึ่งกันและกันต่างหาก...”

“ไม้อ่อน ถ้าจะดัดควรรีบดัด ถ้าเราไม่เริ่มให้กับเขา มันจะแย่ ถ้ามีความรู้มีอะไรแล้วอายุมากขึ้นแล้ว มันจะดัดยาก ไม่ค่อยเชื่อฟัง...”

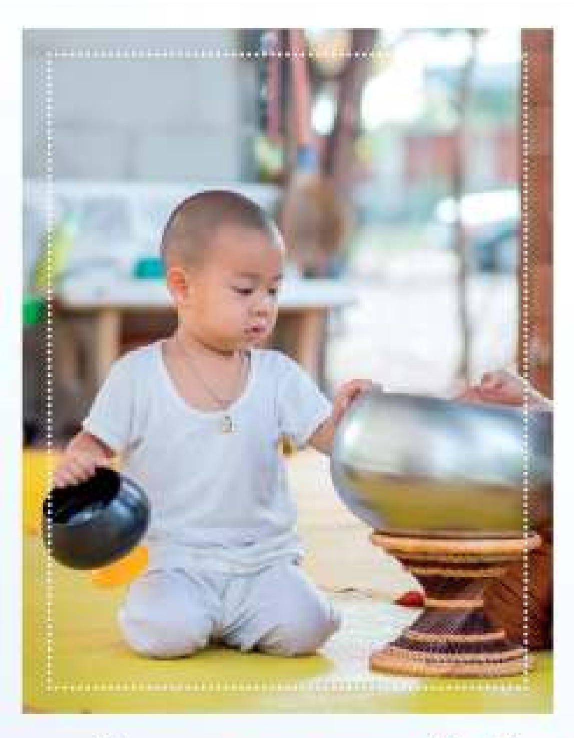


"วิธีการปฏิบัติกับเด็กเรา ต้องรู้จัก **ให้** กับ **ไม่ให้**.. พ่อกับแม่ส่วนใหญ่มีแต่ให้อย่างเดียว..."





"การบีบคั้นจะทำให้เด็กอยู่ในกติกา แต่แท้ที่จริงแล้วมันไม่ใช่ **เด็กเป็นของเหลว** คนจัดว่าเป็นของเหลว ดังนั้นของเหลวจึงเป็นสิ่งที่สามารถคนให้เข้ากันได้ ถ้าของที่มันเป็นก้อน มันก็คนไม่ได้ ฉะนั้น **การเลี้ยงลูกให้อยู่ในโอวาทของเราและอยู่อย่างมีความสุข เราต้องรู้จักใช้มือประคองของเหลวอย่างพอดี** ไม่ต้องไปบีบบังคับ..."



"การที่เราจะทำอะไร ควร**สร้างความพอใจขึ้นมาถึงจะสำเร็จ ถ้ามีความพอใจ มันจะมีกำลังขึ้นมา** แล้วจะเกิดความพยายามทำให้ดีที่สุด ความพอใจนี่สำคัญมาก ถ้าเริ่มต้นจากไม่พอใจ มันก็จะเริ่มเบื่อเหนื่อยหน่าย พาลทำให้หมดกำลังใจ เรียนรู้..สอนตัวเองให้พอใจในการมีการเป็น การอยู่ของเรา แล้วเราจะอยู่อย่างมีความสุข เมื่อมีความสุขเราก็จะสามารถพัฒนาอะไรได้หลายๆ เรื่อง ทั้งจากภายนอกและภายในใจ เหนื่อย..เดี๋ยวเราก็หายเหนื่อย แต่เราจะได้ความอิ่มใจ หากเหนื่อยกายให้ถือว่าใช้กำลังทำทาน แต่บุญกุศลเกิดขึ้นที่ใจ จะทำให้เราอิ่มใจ..."



"..อยู่ใกล้พ่อใกล้แม่ ครูบาอาจารย์ก็ดี จะได้คอยสะกิดอยู่ตลอด ทำให้สติของเราดี มีปัญญา คอยชี้ถูกชี้แนะให้ตลอด.. เพราะฉะนั้นเวลาพ่อแม่อบรมสั่งสอนเราอยู่อย่างนี้ ก็ให้นึกขอบคุณอยู่ในใจ คนที่มีปฏิกริยาต่อต้าน นั่นคือ คนโง่ พ่อแม่บอกอะไร สอนอะไร กระฟัดกระเฟียดต่อต้านเนี้ย คือคนโง่ ถ้า**คนฉลาดถูกชี้แนะ ก็จะน้อมจิต น้อมใจ ตั้งใจฟังด้วยความเคารพ กลายเป็นผู้มีปัญญา เฉลียวฉลาดขึ้นมาเลย...**"



"วันครอบครัว อาทิตย์หนึ่งให้ได้มีสักวันหนึ่งก็ยังดี พ่อแม่ลูกได้พร้อมหน้าพร้อมตา ทำการพร้อมกัน นี่แหละคือครอบครัว ให้มันได้ว่างพร้อมกันบ้าง ครอบครัวไม่ได้ไปไหนพร้อมกัน ไม่ได้มีเวลาเลย ถือว่าเป็นครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ แล้วก็แตกกัน มีแต่เงินแต่ทอง ไม่มีเวลาให้กัน มันไม่เป็นครอบครัวหรอกนะ ขาดคุณสมบัติ อยากมีครอบครัวต้องมี เวล่ำเวลาให้กัน และต้องขยันทำมาหากิน วางแผนที่จะสร้างครอบครัวกันยังไง **แต่สำคัญที่สุด คำว่าครอบครัว คืออยู่ที่ใจ ใจดี ครอบครัวถึงจะดีขึ้นไปด้วย** ดังนั้นอย่าลืมการพัฒนาจิต พัฒนาใจตน ถึงได้มีการรณรงค์วันครอบครัว เสาร์-อาทิตย์ได้มาพร้อมหน้าพร้อมตากัน ทั้งพ่อแม่ลูก ได้มาทำการพร้อมกัน มาพัฒนาจิต ให้ยึดมั่นศีลธรรมประจำจิต มีการไปสละทานร่วมกัน..."

“ที่นั่งอยู่ในนี้ก็มีการสร้างขันติ บารมี **สร้างขันติ ความอดทนอดกลั้น เมตตาธรรม** สงสารซึ่งกันและกัน กรุณากัน พ่อแม่ให้กำลังใจลูก ลูกก็ให้กำลังใจพ่อแม่ เกื้อกูลกัน มีความสุขในครอบครัว...”



“คนที่สังเกตเก่งๆ คนนั้นจะเก่งมาก เรียนหนังสือก็เก่ง ไปไหนๆ ก็ได้ความรู้มาก...”



"ความงามของพระพุทธเจ้า ต้องเอาเข้าไปประจำใจด้วย ขันติ โสรัจจะ (ขันติ แปลว่า ความอดทน, โสรัจจะ แปลว่า ความเสงี่ยม) ดังนั้น **ขันติ โสรัจจะ หมายถึง อดทน ความยอม สงบเสงี่ยม ไม่เย่อยิ่งจองหอง อ่อนน้อมถ่อมตัวกับผู้หลักผู้ใหญ่** อดทนกับความหิวกระหาย ความร้อน ความเย็น อดทนกับทุกสิ่งทุกอย่างที่มากระทบ ต่อไปก็อดทนต่อคำสอนของพ่อแม่ได้จะงามมาก ถ้าไม่อดทนต่อคำสอนของพ่อแม่ บ้านนี้จะเป็นไฟ ทำให้คนเบื่อบ้าน เพราะเขาไม่มีความอดทน พ่อแม่รักเราแท้ๆ สอนเราดีๆ แต่ในใจของเราไม่มีความอดทน มันต่อต้านคำสั่งสอน พ่อแม่พูดดี แต่เราฟังมันไม่ดี สำหรับเรามันเป็นไฟ มันร้อน แต่คนอื่นฟังแล้วทำไมเขาอิจฉาเรา ว่าพ่อแม่สอนเราดี๊ ดี แต่ตัวเราร้อนราวกับไฟ ต่อต้าน ดังนั้น **เราต้องแก้ไขที่จิตใจของเราเอง พยายามฝึกหัดความอดทนไว้ และก็สอนตัวเอง** อย่าไปต่อต้านคำสั่งสอนของพ่อแม่ ให้แสดงความพอใจในคำสอนของท่าน เพราะท่านรักเรา เราก็รักท่าน เมื่อเป็นดังนั้น**ก็จะเย็นแล้วเราก็จะงาม..."**






“พ่อแม่ที่รักลูก ดีไม่ดี เขาก็ชี้แนะบอก เพราะต้องการให้ลูกเป็นคนดี ถึงจะไม่ถูกอกถูกใจลูก เขาก็ยอม บางทียอมเปลืองตัวเพื่อลูก ถ้าเป็นทางโลก พ่อแม่ขาดทุนตลอด ให้ทุกอย่าง และ**นี่แหละคือลักษณะของพระอรหันต์ ไม่หวังผลตอบแทน** คิดอย่างเดียวว่า จะทำยังไงให้ลูกมีความสุข จะทำให้ทุกอย่าง...”

"คลอดออกมาแล้ว ทำให้พ่อแม่เจ็บปวดนี่บาป คลอดออกมาแล้วงี่เง่าใส่พ่อใส่แม่ นี่ก็บาป เขารักเรา เขาสอนเรา บอกเรา บางทีประชดประชันใส่นี่ก็บาป มาวันนี้เราเริ่มโตแล้ว เราจะทำให้พ่อแม่ชื่นใจ ต่อไปนี้เราก็ตั้งใจจะยอมพ่อแม่ทุกอย่าง จะไม่เถียง และจะตั้งใจทำหน้าที่ของตัวเองให้ดีที่สุด ตั้งใจเรียนหนังสือ และก็**ต้องมีน้ำใจด้วยนะ ช่วยพ่อแม่ทำการงาน แสดงน้ำใจออกมา"**

"เมื่อเราทำบุญทุกวัน เราก็จะไม่อดไม่อยาก มั่นใจในหนทาง มั่นใจในบุญของเรา **เราเกิดมาเราสร้างบุญ สร้างกุศล เหตุดีผลก็ต้องดี มั่นใจ**"





"เวลาทำอะไร เราต้องตั้งใจทำดี ถ้าเล่นอาจารย์ก็บอกว่าเล่น แต่ถ้าทำก็ทำดีๆ เลย"

"คนเรียนเก่งอย่างเดียว แต่ไม่มีน้ำใจอย่างอื่นเลย อยู่ในโลกนี้ไม่ได้ ไม่มีใครรักเลย ใช้ไม่ได้หรอก ไม่ใช่แค่เรียนเก่งอย่างเดียวนะ ..ตื่นแต่เช้า **มีน้ำใจ**ช่วยการงานพ่อแม่ด้วย ต้อง**ยิ้มแย้มแจ่มใส** มีความเคารพพ่อแม่ เคารพผู้ใหญ่ **กริยามารยาทดี** อันนี้ดี **ไปที่ไหนใครๆ เขาก็จะรักเรา..**"



“คนมาวัด แต่ไปนั่ง แอบพ่อแอบแม่ หลบหลังเสา นั่งกดเกมส์เล่น เปล่าประโยชน์ ทำให้จิตมันด้าน **จิตด้านคือจิตไม่สนใจ ไม่ฝึกฝนความอดทนอดกลั้น ไม่มองจิตตนเองไม่ได้อะไรเลย** ได้แต่ตัวมาวัด ใจไม่มา ตัวไป ใจไม่ไป..”



"การทำให้เด็กเป็นคนดีแค่คนเดียวก็เอา จากคนเดียวเป็นคนดี กลับบ้านไปก็มีครอบครัวอีกเป็นสิบ มีความสุขด้วยกันทั้งหมด ขยายไปเรื่อยๆ บ้านใกล้เรือนเคียงก็พามาอีก **เราต้องให้ความสำคัญกับการฝึกเด็ก** ประเทศชาติจะเป็นยังไง ถ้ามีแต่นโยบาย แต่คนไม่มีคุณภาพ ถ้าคนไม่ทำตามกฎจะเป็นยังไง ก็ทะเลาะกันอยู่ดี เราต้อง**เคารพกฎเกณฑ์ เพราะนำมาซึ่งความเจริญ และความร่มเย็นเป็นสุข.."**



"เทคนิคในการสร้างครอบครัว คือการให้เขาได้มีส่วนร่วม เขาก็จะมีความสุข ถ้าอยากให้ครอบครัวมีความสุข ต้องพยายามให้ในครอบครัวมีกิจกรรม เหมือน**การสร้างวัดป่า พยายามให้ญาติโยมมีส่วนร่วม** เหมือนการเทต้นเสา รถปูนก็มีพ่นทีเดียวก็เสร็จ แต่เราอยากให้ญาติโยมมีส่วมร่วม ญาติโยมมาทานอาหารเสร็จ ก็เข้าแถวไม่ปูน เข้าแถวตักปูนมาเทต้นเสา แล้วเขาก็จะปลื้มใจ อิ่มใจ ที่ในชีวิตได้มาสร้างวัดตรงนี้ เด็กๆ ที่มาบวชก็พยายามให้ทำกิจกรรมร่วมกัน พระที่มาบวชก็ช่วยกันทำนู่นทำนี่ **ให้เขาได้มีส่วนร่วมในการช่วยกันดูแลวัดนี้ เขาก็จะมีความสุข ในครอบครัวก็เช่นกัน เมื่อมีส่วนร่วมก็จะมีความสุข..."**





"การนั่งสมาธิ ท่องพุทโธๆ ของเราไว้ หลับตาไว้ **นี่เป็นเครื่องทดสอบว่าจิตเรานิ่ง** เป็นสมาธิไหม จะมีเสียงอะไรเกิดขึ้น จะมีเสียงอะไรมาก็นั่งนิ่งๆ สู้กันภายใน สู้กับใจตนเอง สู้กับความอยาก วางความอยาก ละให้หมด ให้อยู่กับปัจจุบัน อยู่กับลมหายใจตัวเอง ว่า พุทโธ พุทโธ พุทโธ **นี่คือการฝึกเพื่อจะควบคุมตัวเองให้ได้** สิ่งต่างๆ นั้นเป็นรูป เป็นเสียง เป็นกลิ่น เป็นรส **ทดสอบใจของตัวเองดู..."**

"ชีวิตนักบวช ต้องทำใจ บางวันของเยอะ วันนี้มีน้อย ไม่เป็นไร ใจเราต้องปกติ กินเพื่ออยู่ ไม่ใช่อยู่เพื่อกิน มากบ้าง น้อยบ้าง เราต้องทำใจ **ประคองใจให้อยู่กลางๆ** ถือเป็นเครื่องทดสอบ ทั้งหมดนี้ต้องเตรียมใจไว้ตลอด.."





"มาวัด มาบวชเนกขัมบารมี มาหยุดดูใจตัวเองบ้าง **เราจะต้องเห็นตัวเอง ต้องแก้ไขตัวเอง** ถ้าเราไม่หยุด..ก็ไม่เห็น..."

"อาหารทุกชนิดที่ใส่บาตรพระแล้ว พระรับประเคนแล้ว เก็บไว้ใช้ได้แค่เที่ยงวัน ถ้าเลยเที่ยงวันแล้วต้องสละออก เอามาใช้อีกไม่ได้ แต่ถ้าเราไม่ประเคน สามารถใช้ได้เป็นปี..."







"การนั่งสมาธิดี เกิดความสงบ นำมาซึ่งความสุข ต้องหัดทำไว้บ้าง ไม่อย่างนั้น จะคึกคะนองอยู่ตลอดเวลา..."

"คนไม่สนใจอะไรนี่ลำบาก ตัวเองเริ่มวุ่นวาย โทษโน่นโทษนี่ ไม่เคยโทษตัวเอง บางคนทำความดี ผลมันออกมาก็สุข **การทำความดี มีผลออกมาทางความสุข** มันเป็นทุกข์ เราต้องแก้ไข..."

“ส่วนประกอบในการทำบุญบ้าน ที่สำคัญที่สุด.. คือคนที่อยู่ในบ้าน พ่อแม่ลูกต้องเข้าใจกัน ลงเรือลำเดียวกันแล้ว ต้องไปในทิศทางเดียวกัน และ **ต้องมีการยืดหยุ่น มีการให้อภัยกันเสมอ** ลิ้นกับฟันอย่างไรมันก็ต้องกระทบกัน มันติดกัน เราก็ต้องให้อภัยซึ่งกันและกัน **ระมัดระวังไว้ อย่าให้อารมณ์ กิเลส มาทำร้ายเราได้...”**

"เพียรพยายาม สร้างครอบครัวให้อบอุ่น ให้มีความสุข มีความพอใจในครอบครัวของเรา แล้วจะทำอะไรได้สำเร็จ เพื่อครอบครัวของพวกเรา **"ยอม" แล้วจะมีความสุข** เมื่อพวกเรายอม..ยอมพ่อ ยอมแม่ ยอมครูบาอาจารย์ สามีภรรยายอมซึ่งกันและกัน..พวกเรารักกัน เท่านั้นแหละ ความสุขเกิดขึ้นเลย พิจารณาดูทุกวันนี้ คนรักกันทั้งนั้นแหละที่ทะเลาะกัน เพราะฉะนั้น **เมื่อเรารักกันแล้ว ถ้าเรายอมกันได้นะ มีความสุขเลย** เราจะพูดกันดีๆ ยิ้มแย้มแจ่มใสซึ่งกันและกัน ใช้เหตุผล ครอบครัวก็มีความสุข.."





"ความอดทน อดกลั้น นี่แหละ**จะนำมาซึ่งความสำเร็จ** ทำให้เรามองเห็นอะไรชัดเจนขึ้น ไม่เกิดอารมณ์มาบังจิตของเรา การอดทนเพื่อฟังคำสั่งสอนของพ่อแม่นั้นยิ่งดีใหญ่..."

"ความอดทนนี้ทำให้น่ารัก พระพุทธเจ้าว่า ขันติ...โสรัจจะ คุณสมบัติแห่งความงาม ใครอยากจะงามก็เอา ๒ ข้อนี้ประจำใจตัวเองไว้ด้วย ...ขันติ คือ อดทน อดกลั้น ...โสรัจจะ คือ สงบเสงี่ยม ไม่เย่อหยิ่งจองหองอ่อนน้อมถ่อมตนต่อผู้หลักผู้ใหญ่..."



“ยามเป็นเด็กให้อยู่ใกล้ครูบาอาจารย์ ท่านจะได้อบรมสั่งสอน ชี้แนะไว้ให้อยู่ในเส้นทาง บางครั้งก็อะลุ่มอะล่วยปล่อยไป คอยดูไว้ไม่ให้ออกนอกลู่นอกทาง ปลอดภัย ถ้าอยู่ในลู่ในทางก็ปล่อยๆไปบ้าง เหมือนแม่ไก่ ปล่อยลูกไก่ ให้หัดวิ่ง คุ้ยเขี่ยหากิน แม่ไก่ก็จะคอยคุ้ยเขี่ยให้ตอนแรกๆ ก่อน จิกมาใส่ปากลูกก่อน พอลูกเห็นก็จะวิ่งมาจิกเองบ้าง ต่อๆ ไปก็ไม่ต้องเขี่ยให้แล้ว ลูกก็เขี่ยเองได้ พอลูกเริ่มจะจิกเองได้บ้าง ก็ดีใจ เริ่มเรียนรู้การหากิน แม่ก็จะคอยดูอยู่ใกล้ๆ สิ่งที่ลูกยังไม่รู้ มีอีก แม่ก็คอยสอนวิชา ค่อยๆ เรียนรู้ไปจากพ่อแม่ครูบาอาจารย์ แต่ถ้าใครไกลพ่อไกลแม่ ไกลครูบาอาจารย์ ก็อันตราย เขาไม่เห็น ก็จะคิดว่าตัวเองเก่ง ตามองไม่เห็น ผลร้ายก็จะตามมา...”





“เห็นอะไร เราต้อง**เปิดใจให้กว้างไว้**ก่อน อย่าไปทำใจแคบ รับฟังได้หมดแต่เรายังไม่ตัดสินใจเชื่อ ต้องเอาไปใคร่ครวญเสียก่อน เอาส่วนประกอบอย่างอื่นด้วย เดี๋ยวนี้คนมีแบบนี้เยอะคือฟังปุ๊บ ตัดสินใจเลย มันต้องใช้เหตุผล มีการใคร่ครวญคิด คิดพิจารณาเสียก่อน **เราต้องปลูกฝังให้เด็กมีเหตุผลและเปิดใจ** สรุปคือ พวกเราต้องเปิดใจกว้างๆ อย่าไปทำใจแคบ ถ้าเราใจแคบ ความรู้เราก็แคบๆ มันไม่ถูกต้อง แต่**ถ้าเราเปิดกว้างๆ เราก็จะได้ความรู้** คนแคบๆ ก็จะตัดสินใจผิดๆ ได้...





"เด็กทุกคนเหมือนกับน้ำ ของเหลว ต้องประคอง ไม่แรงเกิน ไม่แบ ไม่อ่อนเกิน ประคองให้มันพอดี แล้วแต่จังหวะ ต้องมีใจจดจ้อง จดจ่อ เอาใจใส่ เวลาไหนควรบีบแรงขึ้นหน่อย เวลาไหนควรแบออก และสังเกตุว่า ของเหลวจะไหลออกตามง่ามนิ้วไหม ถ้ามันออกตามง่ามนิ้ว ก็ต้องแบหน่อย แต่ถ้ามันไหลออกทางฝ่ามือ เราก็กำเข้าไปหน่อย เหมือนกันการประคองจิต กดมากเกินไปก็ไม่ดี ไม่เอาอะไรเลย ปล่อยเลยก็ไม่ดี ก็เลยใช้คำว่า มัชฌิมา (สายกลาง) คือ ความพอดี **การประคองก็คือ มัชฌิมา ของแต่ละอย่างต้องมีความพอดี** แรงเกินไปก็กดจิตตัวเองนะ ฟุ้งซ่านขึ้นมาเลย แต่ถ้าปล่อยเกินไป ก็เถลไถล เอากิเลสเข้ามาล้วนๆ เหมือนกัน ไม่ทำความพากความเพียรเลย ไม่เอาอะไรเลย ปล่อยจิตปล่อยใจไปเลย การหามัชฌิมา คือ **หาความพอดี ต้องหาของใครของมัน ของแต่ละคน ต้องหาให้เจอ..."**

“ให้เราตั้งใจไว้ว่า ต่อไปนี้เราจะยอมพ่อ ยอมแม่ เพื่อความสุข ความเจริญในครอบครัว **พอเรายอมได้ ใจเราจะสบายเลย สละหรือว่าทำทาน ทิฐิมานะต่างๆ สละออกไปให้หมดเลย** เหลือแต่ความดีอยู่ซึ่งกันและกัน ครอบครัวก็จะมีความสุข ตอนนี้บุญกุศลมันอยู่ในใจของเราแล้ว น้ำภายนอกเอียงไปทางไหน มันก็ไหลไปทางนั้น บุญที่อยู่ในใจเราก็พยายามน้อมใจเราเอียงเข้าไปหาใคร ว่าน้อมรำลึกนึกถึง ยกให้ๆ พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ญาติสนิทมิตรสหาย เจ้ากรรมนายเวร เทวดาทั้งหลาย เขาเหล่านั้นก็จะอนุโมทนา สาธุ ก็ได้รับบุญรับกุศลครั้งนี้เลย..”







“ลูกขี้น้อยใจ ต้องอย่าไปตามใจเขา การตามใจเขาทำให้เขายิ่งอ่อนแอ แล้วก็จะขี้น้อยใจ เพราะว่าเคยถูกตาม ใจ เคยอยากได้อะไรก็ให้ พอถูกขัดใจนิดก็เสียใจ จะน้อยใจกลายเป็นเรื่องใหญ่ไปเลย อย่างที่บ้านก็ต้องมีกฎเกณฑ์ ต้องใช้เหตุผล **ทำตามกฎเกณฑ์ ไม่ทำตามใจตนเอง ต้องอธิบายให้เขาฟังด้วยเหตุผล ต่อไปเขาก็จะใช้เหตุผล...”**

"เป็นเด็ก ใกล้พ่อ ใกล้แม่
ใกล้ครูบาอาจารย์ไว้ แล้วจะดี
เขาจะได้ชี้แนะอยู่ตลอด ก็จะได้
นิสัยที่ดีติดมา.."









"บางครั้งที่เราอยู่บ้าน เราอาจจะเห็นว่ามันร้อน มันรน มันรุ่ม นั่นก็เพราะเราวางใจไว้ผิดที่ วางใจไปต่อต้านพ่อ ต่อต้านแม่ **รักกันแต่ทุกข์ คุยกันได้ไม่นาน เพราะใจเราไปต่อต้านกัน ให้แก้ไขที่ใจของตัวเอง** คนรักกัน/คู่รักกันเมื่อก่อนยอมกัน เดี๋ยวนี้ต่อต้านกัน มันก็เลยเป็นฟืนเป็นไฟ ร้อนขึ้นมา แต่ถ้าเรายอมกัน **เปิดใจให้กว้าง มันก็ไม่ร้อน แม้จะพูดผิด ก็ยังเข้าใจในเจตนาที่ดี เข้าใจกัน..."**

“**เด็กอยู่ในวัยจดจำ เรียนรู้** พ่อแม่ก็ต้องมีรู้จักมีเวลาให้ลูกๆ โคจร อโคจร ที่ควรไป ที่ไม่ควรไป **ถ้าเรามีเวลาพาไปในสถานที่ที่ดี อย่างไปวัด เขาก็จะได้เห็นสิ่งที่ดีๆ ได้ฟังสิ่งที่ดีๆ** เขาก็พร้อมที่จะเป็นเด็กดีขึ้นได้ ถ้าเราไปผิดที่ เขาก็พร้อมจะจดจำขึ้นมาทันทีเช่นกัน อยู่ที่ผู้ใหญ่ที่จะพาลูกหลานไปทางไหน...”



"เด็กวัดป่าต้องทำอะไรให้รวดเร็ว ทันสถานการณ์ เพราะการทำงานคือชีวิตของเรา **ชีวิตนี้สั้นนะ** ถ้าไม่รีบทำเดี๋ยวไม่ทันการณ์ **รีบทำบุญทำกุศลสร้างบารมี..**"



"บางคนเกิดมามีพร้อมไปหมดทุกอย่าง เพลิดเพลิน ทำให้ลืมทำคุณงามความดี กินแต่บุญเก่าก็เลยเสียโอกาสไปอีก มารู้สึกตัวอีกทีว่ากินแต่บุญเก่าของเก่าอยู่ ยังไม่ได้ทำคุณงามความดีในชาติปัจจุบันไว้เลยหมดไปเฉยๆ มัวแต่เสวยสุขแล้วต่อไปล่ะ เมื่อของเก่ามันหมดแล้ว ชาติต่อไปจะทำยังไง บางคนก็สะกิดใจตัวเองรู้สึกตัวขึ้นมาได้นึกได้ว่า ที่เรามีอยู่ มีกิน เพราะเราทำของเราไว้ แล้ว**ปัจจุบันก็ควรจะทำดีไว้**ด้วยสิ เพื่ออนาคตก็ลงมือทำอีก ทำต่อๆ ไป**ชีวิตมันได้มาตรฐาน ชีวิตจะไม่ไหลไปทางที่ต่ำ มีแต่ไหลไปทางที่สูงอย่างเดียว** อย่างนี้เรียกว่า ได้มาตรฐาน เด็กๆ พวกเราเองที่ยังไม่ได้มาตรฐานอะไร ก็ให้ใกล้พ่อ ใกล้แม่ ใกล้ครูบาอาจารย์ไว้ จะได้คอยกระตุ้น คอยชี้แนะ ตักเตือนกันอยู่ตลอด ไม่งั้นมันมีโอกาสที่จะหลงตัวเอง ทำให้มันตกลงไปได้ บางทีต้องเตือนต้องบอกกัน..."





"เวลาโดนพ่อแม่ดุ สอนตักเตือน เมื่อไหร่ที่สติของเราคิดไม่ทัน เราก็คิดน้อยใจ ทุกข์ใจขึ้นมาทันที น้ำตาแทบจะไหล น้อยอกน้อยใจ แปลความหมายผิดไปหมด แต่**ถ้าเราทำตัวให้เข้มแข็ง พลิกจิตของเรานิดเดียวจะสบายเลย** มันจะไม่คล้อยตามไม่อ่อนแอ **มันจะเข้มแข็งขึ้นมาทันที การแปลความหมายอะไรก็จะถูกหมด..**"



"กัลยาณมิตร คือ มิตรที่ดีคอยเกื้อกูลกันอยู่ตลอด อีกฝ่ายหนึ่งหลงผิด มองไม่เห็น อีกฝ่ายหนึ่งเห็น ก็รีบเข้าไปช่วย รีบเข้าไปดึง..."



"ความสบาย ความสุข ทำยังไงถึงจะสบาย ถึงจะมีความสุขกัน อย่าไปทำตัวให้มันน่าเกลียด **กินง่าย นอนง่าย บริโภคให้มันพอเหมาะพอควร อยู่แบบง่ายๆ สบาย มีความสุขแล้ว** ถ้ากินยาก นอนก็ยาก แต่งเนื้อแต่งตัวยากเข้าไปอีก ไม่ต้องปรุงแต่งอะไรให้มันมากมาย เท่านี้ก็มีความสุขแล้ว..."





"อย่าไปตามใจตัวเองมาก ฝืนๆ บ้าง **เราต้องรู้จักเวลา อดทน ถึงจะเห็นเด็กดีได้ เป็นคนดีได้** กิเลสมันก็คอยจ้องเราอยู่เหมือนกันนะ นึกอยากจะทำอะไรก็ทำ ไม่มีข้อวัตรปฏิบัติ ไม่เอาใจใส่ จะมาบวชทำไม จะมาเข้าวัดทำไม อันนี้ คือ เครื่องมือวัดตัวเอง ให้รู้จักตนเอง..."

"**ความดีคือ ต้องดีทั้งขบวนการทั้งหมด** ไม่ใช่เรียนดีอย่างเดียว แต่งี่เง่ากับพ่อแม่ นั่นไม่ใช่การปรับพื้นฐานให้ใจดี ตรงนี้ รู้จักกาล รู้จักเวล่ำเวลา ครอบครัวก็จะดีก่อน แล้วการงานพ่อแม่ก็ดี การเรียนของลูกก็ดี ต้องดีทั้งหมด อันนั้นแหละ คือ การปฏิบัติที่ถูกต้อง..."



“อาจารย์พูด เราก็ต้องมีหูมีตา รู้จักเวลา ก็ต้องตั้งใจฟัง จะได้ได้ความรู้ บางครั้งเราเล่นมากเกินไป เป็นความเพลิดเพลิน โบราณเขาว่า เล่นมากเกินไป เดี๋ยวจะได้ร้องไห้ ความเพลิดเพลินจะทำให้คน ประมาท เมื่อประมาทก็จะได้ ร้องไห้ เกิดผลไม่ดีขึ้น...”



"มาวัด คือ มาวัดใจ มันยาวหรือมันสั้น ใจมันต้องยาวขึ้นๆ ไม่ใช่เป็นคนใจสั้น **มาวัดบุญ** มันกว้างหรือมันแคบ ใจมันต้องกว้างขึ้น ไม่ใช่ใจแคบๆ **มาชั่งใจ** ดูว่ามันหนักหรือมันเบา มาตรวจตราจิตใจตัวเอง อย่าให้มันเบาบางเกิน มันถึงจะได้กำไรชีวิต เกิดประโยชน์สูงสุด อย่างน้อยก็ต้องรู้ว่าอะไรเป็นบุญ อะไรเป็นบาป อะไรให้คุณ อะไรให้โทษ อะไรดี อะไรชั่ว แยกแยะให้เป็น ละชั่ว ทำดี ทำจิตใจให้ผ่องแผ้ว รักษาศีล ทำทาน ขัดใจตัวเอง บังคับใจตัวเองไม่ให้ทำชั่ว ขจัดความตระหนี่ ปรับใจของเราให้มีเมตตา เสียสละ สงสารซึ่งกันและกัน **มีแต่จะปรับใจของเราให้ดีขึ้นๆ ทั้งนั้น ให้ใจบุญ..."**



"**ถาม** : **ถ้าตอนภาวนาจิตแล้วเกิดความคิดแทรก จะทำอย่างไร**

ตอบ : เมื่อเราภาวนาอยู่ แล้วมันแทรก เรารู้จักมัน ว่ามันแทรก มันก็หยุดแล้ว **เมื่อมีสติรู้ มันหยุดแล้ว ที่มันแทรกคือ เราไม่มีสติ** ถ้ามีสติก็พุทโธๆ ที่แทรกมันก็หายไป ถ้าหลงสติก็ลืมพุทโธ ถ้าสติมันอ่อน มันก็เข้ามาแทรก พอสติเราดี เราก็จะพุทโธไว้ มันก็แทรกเข้ามาไม่ได้.."

"วัดเป็นสถานที่ปฏิบัติ วัดใจของเรายังไง ทำให้เราเริ่มสงบลง มองเห็นตัวเองชัดขึ้น พอมาที่วัดนี้ เห็นเด็กชายกรนั่งนิ่งๆ ช่วยเหลือครูบาอาจารย์บ้าง ทำตัวให้เป็นประโยชน์บ้าง เด็กตัวนิดเดียวยังมาทำประโยชน์เลย นี่ก็วัดใจตัวเองเหมือนกัน เป็นเครื่องวัดเทียบเคียง **ต้องมาวัดใจตัวเอง เข้าวัดเข้าวา มองเห็นตัวเอง เริ่มวัด เริ่มเห็นตัวเองแล้ว เขาจะได้มีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี** เราเป็นลูกจะต้องฟังคำสั่งสอนของพ่อแม่ด้วยความเคารพ เมื่อเหตุถูกผลก็ออกมาถูก ผลก็ออกมาดีแล้ว..**เริ่มเย็น..เริ่มเบา..มีความสุข หลวงปู่ฝั้นบอก ถ้าใจดี การเรียนดี การงานก็ดี ประเทศชาติดีเองตามมา ครอบครัวในประเทศชาติจึงดี** ญาติโยมมาวัด ความสงบที่วัด ความเรียบร้อยเข้าวัด เป็นการวัดใจของเรา ถึงเวลานั้นทำอะไร เวลานี้ทำอะไร รู้จักกาลรู้จักเวลา..วัดใจ.."



"คนที่รักกันก็หมั่นทำความดีให้ซึ่งกันและกัน คิดดี พูดดีๆ ให้ชื่นใจ แสดงกิริยาที่งามๆ กับคนที่เรารักให้ชื่นใจ อะไรเป็นอดีต ผ่านไปแล้วก็ผ่านไป แล้วให้ทำปัจจุบันให้ดีที่สุด คนเรามันแก้ไขกันได้ ทำปัจจุบันให้ดีที่สุด คิดดี ทำดี พูดดี ตายแล้วยังทำบุญให้กันเลย **พวกเรายังมีชีวิตอยู่ พูดกันดีๆ เกื้อกูลกัน คอยให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ถึงจะถูกต้อง.."**

"พระพุทธเจ้าสอนไว้เป็นหน้าที่ของพวกเราที่ต้องทำบุญอุทิศแก่ผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว.."



"โรคใจซึมเศร้า โรคตรอมใจ ขังตัวเองอยู่ในห้อง ใกล้จะไปอยู่แล้ว พอกลับมาหาเท่านั้นแหละ ทางนี้ก็ดีใจหน่อย แต่โรคมันเป็น มันป่วยไปแล้ว ก็เลยพาไปหาหมอ หมอก็เลยบอกเป็นโรคซึมเศร้าอาการหนัก ร้องไห้มาหาอาจารย์บอกหนูก็เริ่มเครียดแล้วนะ อาจารย์บอก เอ่อกรรมมันตามมา พอเขาเป็นโรคนี้ เธอต้องทำความเข้าใจว่า อาการมันเป็นยังไง พอไปหาหมอ เขาก็เอายา จัดยามาให้กิน ตอนนี้ก็ต้องหายาให้เขาด้วย เพราะเป็นไปหลายเปอร์เซ็นต์แล้ว เริ่มกินไม่ได้ เริ่มนอนไม่หลับ เริ่มเครียด กรรมมันตามมารวดเร็ว เหมือนกันทำเขาไว้ ต้องคอยมาประคบประหงมดูแลกันเอง **ตอนดีๆ ทำไมเราไม่รักษากันไว้ ไปทำร้ายกันทำไม.."**

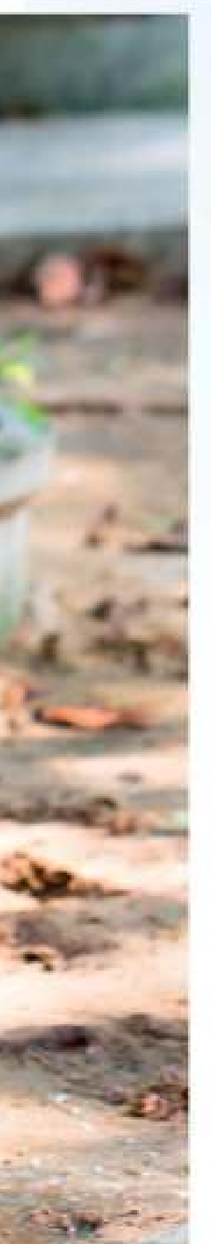
"**ความคึกคะนองจะลดน้อยลง เมื่อเรามีทางเลือกแล้ว** คนที่ไปนึกในทำนองสนุก บางทีเขาไม่มีทางเลือก ต้องไปเรียกร้องไขว่คว้าหาความสุขข้างนอก บางทีก็เลยวุ่นวายไปกันใหญ่ เพราะฉะนั้นเปิดโอกาสให้ตัวเองด้วยนะ.."

"สำคัญมากเลยนะชีวิตนี้ **เวลาเพลิดเพลิน มันจะลืมตัวเอง ต้องกระตุ้นมันเรื่อยๆ เป็นยาวิเศษ ไม่ลืมกระตุ้นมันไปเรื่อยๆ** .. ใจไม่ใช่ของเล่น คอยกระตุ้นๆ จะได้พุทโธได้บ้าง อยู่ในโอวาทของพ่อแม่ ตัวเล็กๆ เริ่มแล้วหน้าเบี้ยวหน้าบิดงี่เง่ากับพ่อแม่นั้นไม่ถูก อยู่กับพ่อแม่ครูบาอาจารย์อยู่ใกล้ๆ ท่านก็คอยได้กระตุ้นๆ ให้มีจิตสำนึกอยู่ตลอด พอได้ตามเวลาก็เริ่มได้เป็นนิสัยของเรามาแล้วเริ่มดูแลตัวเองได้แล้ว แดงก็ช่างมัน แดงก็หายได้แต่ถ้ามันเป็นบาปแล้วมันแย่เลย ตีให้มันแดง เราก็เป็นคนดี ตั้งสติให้ดีซิ.."



"**โครงการ ๑+๑ เป็น ๓** ...หลวงปู่ให้ความสำคัญว่าเด็กในวันนี้เป็นผู้ใหญ่ในวันหน้า **ถ้าเด็กมีศีลธรรมอะไรต่างๆ โตขึ้นไปเป็นผู้หลักผู้ใหญ่ก็ไม่มีปัญหา** ยิ่งขึ้นไปพัฒนาประเทศ ก็ยิ่งไม่มีปัญหาใหญ่เลย เพราะว่าฐานของเขาดีแล้วไง ฐานของเขามีศีลธรรมอยู่ในหัวใจแล้ว..." ตั้งแต่เริ่มสร้างวัดป่ามณีกาญจน์นี้มา ก็มีโครงการ ๑+๑ เป็น ๓ นี้มาตลอด ได้รับความสำเร็จเป็นที่น่าพอใจมากเลย เพราะได้เห็นครอบครัวของเด็กๆ **ทั้งครอบครัวมีความสุข พ่อกะแม่เมตตาลูกอย่างนี้** ลูกก็จะรู้สึกว่า ถึงจะมีอะไรเกิดขึ้นเขาก็จะคิดถึงพ่อคิดถึงแม่ รักพ่อ รักแม่กันทั้งนั้น เพราะได้รับความร่มเย็นจากพ่อจากแม่ **เมตตาที่พ่อแม่ให้เรามาตลอดเวลาเลย ใจเราจะมีอาการเย็นเบา...**"





"เด็กวัดป่านั่งตัวตรงหลับตา สติก็จับที่ปลายจมูก ดูลมหายใจกัน ๑-๒-๓ พุทโธ ลมหายใจเข้าก็พุท ออกก็โธ แล้วจะเรียนหนังสือเก่ง จะทำให้พวกเธอมีความสุข อดทน อดกลั้นด้วย ฝึกความอดทนด้วย มันเจ็บก้นก็อดทน คันยุบคันยิบก็อดทน มันเจ็บมันปวดอะไรก็อดทน.. **ขันติความอดทนนี้ ทำให้เรางาม หรือทำอะไรประสบความสำเร็จในชีวิต** เด็กวัดป่ามณีกาญจน์มามากๆ บอกต่อๆกันไป มาแล้ว มาอีก ติดใจ เหมือนกับคนที่รับประทานอาหารอร่อยก็จะติดใจในรสชาติ ก็มารับประทานอีก.. ใจก็เหมือนกัน พอเขาได้มานั่งตรงนี้ถึงจะเจ็บก้น เจ็บขาบ้าง แต่เขามีความสุขใจนะ.. **สุขจากความสงบ**"



"เด็กๆ กราบพระต้องพร้อมกัน ใครเร็วก็ไม่เก่ง ใครช้าก็ไม่เก่ง **คนที่จะได้ดี คนที่เก่งคือ สามัคคี ต้องมีการสังเกตคือ พร้อมกัน** รู้จักสังเกต ไปเรียนหนังสือก็เรียนเก่ง ถ้ากลับไปบ้านสังเกตหน้าแม่ ถ้าแม่หน้าบึ้งๆ ห้ามดื้อนะ ห้ามยุ่ง เราก็ไม่โดนตุ๊บนะ เราสังเกต เห็นไหม เตรียมตัวฝึกการสังเกตและความสามัคคีด้วย พนมมือ ๑-๒-๓..กราบขึ้นมาเลย คอยเพื่อน สังเกตซ้ายขวาพร้อมแล้วกราบเลยไม่ต้องรอให้อาจารย์บอก ต้องมีการสังเกตมองซ้ายมองขวา แล้วทำให้พร้อมเพรียง..."

"เราต้องรู้จักเวล่ำเวลา... เวลานี้แม่กำลังโมโห ว่าเราใหญ่เลย ลูกบางคนพูดไม่ถูกเวลา หน้ามืดตามัวจะพูด จะลุยอย่างเดียวเลย ลุยไปก็พลาดเลย มันก็ทะเลาะกันเลย เพราะอะไร เพราะเราไม่รู้จักเวลาในการพูด ..เหมือนที่อาจารย์สอนให้...ยิ้มไว้ๆ ก่อน... ความถูกต้องอะไร ก็ต้องคอยเวลาคุยกันอีกทีเบื้องต้นนี้ เราต้องยอมพ่อยอมแม่ซะก่อน... **รักษาใจเขาด้วย..รักษาใจเราด้วย..."**





"เราจะผ่านอุปสรรคต่างๆได้ ด้วยใจของเรานั่นแหละ นักรบนี้..เวลามีอะไรเกิดขึ้นยิ่งเข้มแข็ง นี่แหละเรียกว่า.. **สถานการณ์สร้างผู้กล้า** พวกเราเองก็เหมือนกันนะ อย่าไปท้อแท้ อย่าไปย่อท้อใจ ยิ่งนิ่ง ยิ่งเข้มแข็ง เราจะต้องผ่านเรื่องต่างๆ ไปให้ได้ด้วยความเข้มแข็งของเรา ความอ่อนแอนี้ยิ่งสร้างปัญหา ถ้าใครฝ่ามาอย่างดีนะ จะไม่ท้อถอยเลย..."



"ไอ้พวกที่รอด คือพวกที่ไม่เถียง ทั้งที่ตัวเองถูก **เราจะรักษาใจตัวเองไว้นี้ คือชนะอันเลิศ รักษาความถูกของตัวเองไว้** ยิ่งไปเถียงความถูกของเราจะกลายเป็นผิด เพราะถ้ายอมนิ่งซะ รักษาความถูกของตัวเองได้ตลอดไป แค่นี้แหละ คนไม่เข้าใจ เมื่อก่อนเราก็เป็น เรามาบวช เรามาฝึกปฏิบัติ ได้ยินคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ มันไม่เหมือนที่เราคิดนี้ เมื่อก่อนเราก็เป็นคนตรงๆ เหมือนกัน พูดจริงเหมือนกัน เราถึงไม่ยอมถ้าเราไม่ผิด ยังไงก็ไม่ยอม พอมาเห็นศีลธรรมคำสั่งสอนเข้า.. การไม่ยอมนี้มันผิดเต็มๆ เลย เราไม่ได้รักษาใจเราไว้ **ผู้ที่จะให้ถูกจริงๆ คือผู้ที่ยอม คือผู้ที่รักษาใจตนเอง** มันกลับตาลปัตร วันนี้รู้แล้วก็หันไปยอมซะ เมื่อก่อนไม่รู้ เดี๋ยวนี้รู้ยัง เมื่อรู้แล้วก็ทำเอาความเป็นจริง เอาแก่นของมัน เราก็ต้องใช้คำว่ายอมไง.."





"รักก็ต้องดูแลเอาใจใส่คนที่เรารักให้ดี อันนี้ก็ตรงกับที่หลวงปู่สาครบอกว่า เด็กเป็นเหมือนของเหลว เราต้องประคับประคองให้ดี บางครั้งก็ต้องกำเข้าไปหน่อยนึง บางครั้งก็ต้องแบมือออกหน่อยนึง ประคองให้เขาถึงริมฝั่งจึงปล่อยไปได้ บางทีก็ต้องยกยอเขาบ้างให้กำลังใจเขาบ้าง หาความพอดีๆ อยู่ตลอดเวลา เพราะเด็กเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา **จิตของเราก็เหมือนกันมันคอยจะเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย** มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาเหมือนเด็ก เราต้องมีสติพยายามประคับประคองอยู่ตลอด บางครั้งก็ต้องเข็ญตัวเองขู่ตัวเอง บางครั้งก็ต้องให้กำลังใจตัวเองบ้าง บางครั้งเกิดความวุ่นวายมา ก็ต้องจัดการกับตัวเอง พยายามประคับประคองจิตของเราไม่ให้ยินดีไม่ให้ยินร้าย **ประคองให้เป็นกลางอยู่นิ่งๆ** แล้วเราจะเรียนรู้ตามหลักธรรมชาติ **เห็นเกิด เห็นดับ เมื่อรู้ชัดขึ้นๆ ก็เกิดการปล่อยวางไป คราวนี้แหละเกิดอาการเย็น เบาสบาย เริ่มเบิกบานขึ้น มีความมั่นใจเป็นกำลังใจให้กับตัวเอง.."**



“ของมันอยู่ใกล้กัน มันย่อมกระทบ ไม่มีเครื่องป้องกันมันก็เลยเสียงดังขึ้นมา บางอันก็แตกร้าว แต่ผู้ที่มีการป้องกันไว้ ประพฤติตัวเองไว้แล้ว อยู่ในกรอบที่ควรอยู่ใกล้กัน บางทีอาจจะมีฟิลม์บางๆ หรือมีข้อตกลงอะไรกันไว้ เป็นเครื่องกั้นไว้โดยเฉพาะ**มีศีลเป็นเครื่องกั้นไว้ซักหน่อย** กระทบแต่มันไม่มีเสียงดัง ไม่แตกไม่ร้าว เรียกว่ากระทบแต่ไม่กระเทือน เพราะเขาฝึกไว้แล้ว **อดทน อดกลั้น อยู่ในศีล อยู่ในธรรม อันนี้ฝึกกันไว้ด้วยนะ...”**

"คนพูดเพราะๆ นี่ ทำให้เราหลงมาเยอะแล้ว น้ำตาไหลมาหลายทีแล้ว ตอนนี้ไม่ค่อยเชื่อใครง่ายๆ แล้ว **พระพุทธเจ้าท่านให้ดูที่ความประพฤติการปฏิบัติ** เชื่อลมปากคนมันไม่ไหวแล้ว ดูความประพฤติดีกว่า **ธรรมแปลว่า การกระทำ ดูในการกระทำ** พูดเพราะๆ บางทีก็เสียใจได้"





“**เด็กเป็นของเหลว เราต้องประคอง** เราบีบไม่ได้ กำไม่ได้ พอกำเข้าไปปุ๊บนี้จะเหลือน้อยทันที เพราะฉะนั้นเราใช้การประคับประคองเอาเท่านั้น แต่**สร้างแบบพิมพ์ที่ดี พอเราได้แบบพิมพ์ที่ดีแล้ว คราวนี้ของเหลวเมื่อมันแข็งตัว ก็จะออกตามแบบพิมพ์**”



“คุณแม่อุ้มท้องมาเก้าเดือน พวกเธอจะต้องมาอุ้มบาตรให้พ่อแม่บ้าง มาๆ ที่วัดป่ามณีกาญจน์จะสอนให้ อุ้มบาตรไปบิณฑบาตรกับอาจารย์ คุณแม่อุ้มท้องเรามาตั้งเก้าเดือน มาขออุ้มบาตรทดแทนบุญคุณของพ่อแม่บ้าง เรียกว่ามาบวชเณรนั่นเองนะ ใครว่างนะปิดเทอมมาจัดสรรเวลาให้ดี พ่อแม่ให้เรียนพิเศษๆ อย่างเดียวไม่ได้ มันไม่รอด.. **ให้ความสำคัญทางด้านจิตใจบ้าง จัดสรรเวลาให้เขาด้วย** ควรที่จัดสรรเวลาให้ลูกมีวันครอบครัวบ้าง”

“ถ้าเด็กคนอื่นจะทำแบบน้องกรทำได้ไหม...อาจารย์ว่าได้ ถ้าจะทำจริงๆ ทำได้ ต้องมีความร่วมมือจากคุณพ่อคุณแม่ด้วย อันนี้แม่เขาพามาส่งทุกวันๆ วันเสาร์หรือวันพระ เขาก็พานอนวัดเลยด้วย น้องกรก็นอนวัดทำวัตรเช้า ทำวัตรเย็นด้วย แล้วก็ไปบิณฑบาตรด้วย **เด็กอยากจะทำความดีกันทั้งนั้นนะ** เราเป็นผู้ปกครองเราจะป้อนให้ไหม จะเปิดโอกาสให้กับลูกๆ ไหม เรามีเวลาให้เขาบ้างรึเปล่า อย่างเด็กๆ ที่มาวัดป่ามณีกาญจน์ อาจารย์จะสอนให้เขารักษาศีลห้า ให้สมาทานศีลกัน ไหว้พระสวดมนต์ย่อๆ แล้วก็ปฏิญานตนถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่งที่นับถือของพวกเรา เป็นที่ระลึกของเรา “พุทธัง ธัมมัง สังฆัง สะระณังคะฉามิ” นั่นเอง แล้วก็ว่าศีลไป สมาทานกับปานาฯ อะทินนาฯ กาเมฯ มุสาฯ สุราฯ แล้วก็อธิบายให้ฟังความหมายให้งดเว้นอะไรบ้าง อาจารย์ว่าเราเสียเวลานิดเดียวแหละ **ถ้าลูกเราอยู่ในศีล อยู่ในธรรมนะ โตขึ้นสบายเลย คุ้มค่านี้ของดีของชาวพุทธ ถ้าเราเอาไปประพฤติปฏิบัติ** ไปใช้กันจริงๆ นะ ดีมากเลย”



"ญาติโยมมาถวายสังฆทานก็อาจจะแนะนำกันบ้าง ตามโอกาสที่เขาเรียกแสดงธรรม ก็แนะนำกันในสิ่งที่ดี โอกาสนี้ควรจะแนะนำอะไรที่จะเป็นประโยชน์ต่อเขา ก็พยายามที่จะให้ทุกครั้ง เสร็จแล้วก็กรวดน้ำ รับพร เพราะฉะนั้น**เวลาเรามาวัดป่านี้ เราจะสังเกต อิ่มทั้งกาย อิ่มทั้งใจนะ พยายามจะให้มากที่สุด..**"



"รู้จักกาล รู้จักเวลา รู้จักสถานที่ ไปที่ไหนๆ ก็รู้ ที่นี่เขาทำอะไร เราก็ต้องสังเกตดูให้มันเหมาะสม ให้มันถูกกับสถานที่ด้วย **ใครเข้ามาในวัดป่านี้ฟรีหมด** สถานที่นี้ที่เขามาทำบุญทำทานกัน ที่นี่เป็นที่ปล่อยอภัยทาน เขตปลอดภัย สรรพสัตว์ทั้งหลายเข้ามาอาศัยอยู่ **หรือเข้ามาแล้วภาคปฏิบัติทำใจให้สบาย ให้ปล่อยวางให้หมด อภัยทาน** ไม่ใช่เข้ามาแล้วมาคิดมาก มาน้อยอกน้อยใจอยู่เคียดแค้นอยู่ ไม่ถูกกับสถานที่นะ เป็นอย่างนั้นให้รู้จักเวล่ำเวลา รู้จักสถานที่ กาลเวลาสถานที่ รวมถึงบุคคลตัวบุคคล ถ้าเราแยกพี่แยกน้องได้เก่งมาก เพราะมันใกล้เคียงกันไง เคารพพี่อย่างงี้ เขาเกิดก่อน เราก็ต้องให้ความเคารพ พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย เราต้องเคารพ บางคนลามปามเรื่อยๆ ไม่รู้จักบุคคล ถ้าได้นิสัยไม่ดีไป เวลาไปทำงานก็ไปทะเลาะกับเจ้านายเขาอีก **คนไม่รู้จักบุคคลไม่ให้ความเคารพมันจะเจริญได้ยังไง.."**

“พระพุทธองค์บอกว่า พุทธบริษัททั้ง ๔ (ภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา) ให้มีความสามัคคีกันอยู่ ศาสนาของเราก็จะเจริญรุ่งเรืองอยู่ต่อไปได้ ถ้าแตกความสามัคคีกันเมื่อไหร่ เดี๋ยวก็หมด **ครอบครัวของเราก็เหมือนกัน เป็นครอบครัวที่มั่งคั่งมีความสุข พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ลูกหลาน เขามีความสามัคคีกันในบ้านเจริญ** กินข้าวกับเกลือก็มีความสุขเจริญขึ้นได้ เพราะเขามีความสามัคคี ไม่แตกแยกกัน พยายามสร้างครอบครัวให้มีความสามัคคีกัน **เกื้อกูลกัน โดยเฉพาะภาคปฏิบัติ โบราณถึงพูดว่าระยะทางพิสูจน์ม้า กาลเวลาพิสูจน์คน เราต้องใช้ระยะเวลาเพื่อพิสูจน์คน** เขาประพฤติปฏิบัติตัวอย่างไร ตามที่เขาพูดมั้ย ค่อยตกลงปลงใจสร้างครอบสร้างครัว เราชาวพุทธต้องมีเหตุผล..”

“ที่วัดนี้แต่ละคนเข้ามานี้ยิ้มแย้มแจ่มใส ญาติโยมรับประทานอาหารวัดก็อร่อย บางคนติดใจเลยต้องมาวัดเป็นประจำ กินข้าวที่วัดมันอร่อยดี กินที่บ้านมันไม่มีรส ไม่มีชาติ กินไม่อร่อย อร่อยได้ไง คนข้างๆ เราหน้าบึ้ง ใจร้อนแล้วก็ โอ้ยมันไม่อร่อย มาวัดอะไรก็อร่อย **จิตใจนี้มีส่วนสำคัญมากนะ** บางคนเห็นเด็กมาวัดทำงานขยันขึ้นมาเลย อยู่บ้านไม่เอาอะไรเลย มันเกี่ยวข้องกับใจคนที่อยู่ในบ้านด้วยกันทั้งหมดนั่นแหละ ใจที่มันร้อนรนมันบึ้ง มันตึงเครียดตลอด แต่**พอมาวัดแล้วมันสบายยิ้มแย้มแจ่มใส ทำงานอะไรก็ไม่มีเหนื่อย เหนื่อยกาย แต่อิ่มที่ใจ...** ใจของเราได้ทำสาธารณะประโยชน์บ้าง รู้สึกสบายใจดี เพราะฉะนั้นเวลาพาลูกพาหลานมาให้เขาสัมผัสบรรยากาศแบบนี้ จิตใจเขาดี รู้ว่าเราเป็นครอบเป็นครัวก็ได้มาทำบุญนี้ไปด้วย ทำความเพียรนี้ไปด้วย ทำให้ครอบครัวดีขึ้นได้นะ”





"ถึงตายจากกันก็ยังทำบุญให้กันอยู่เลย นั่นคือ ความรัก เด็กๆ ฟังไว้ เหมือนกับแม่รักลูก แม่จะกินอะไร พอกินเข้าไปคำสองคำมันอร่อยมากเลย อร่อยก็รีบห่อๆ ไว้เอาไปฝากลูก ดูซิน้ำใจแม่ ไม่ใช่จะกินหมด...เมื่อไหร่อร่อยมากเขาจะกินไม่ลง เขาจะคิดถึงลูกจะเก็บไว้ให้ลูก เด็กๆ ได้ฟังแล้วคิดถึงพ่อแม่บ้าง อะไรที่มันอร่อยก็คิดถึงแม่ อีกครึ่งหนึ่งก็เก็บไว้ให้แม่บ้างนี่แหละคือคนรักกันทำให้ซึ่งกันและกัน รักแล้วทำยังไงๆ นึกถึงคนที่เรารักก่อนเลย ยามใดที่เรามีความสุข เราจะนึกถึงคนรักของเรา อยากให้เขามีความสุขกับเราด้วยอย่างงั้น นี่ตายจากกันตั้งนานยังอยากให้ดวงจิตวิญญาณเขามีความสุข เรามาทำบุญ ทำทาน อุทิศให้เป็นประจำ มีอะไรก็นึกถึงกัน ทำบุญ ทำทาน ให้กันอยู่ตลอด นี่แหละความรัก **เพราะฉะนั้น พวกเราที่ยังมีชีวิตอยู่กันบนโลกนะ รักและเกื้อกูลกัน เอาใจใส่ ดูแลให้ดี** การทะเลาะกัน ไม่ใช่ความรัก ความรักต้องเกื้อกูลให้ซึ่งกันและกัน..."



"ทุกคนอยากเป็นคนดีอยู่แล้ว แต่ขาดสิ่งกระตุ้นที่ดี กลับไปถูกสิ่งที่ไม่ดีมากระตุ้น เพราะฉะนั้นสงสาร**เด็กๆ ลูกๆ หลานๆ หาสิ่งที่ดีๆ กระตุ้นบ่อยๆ เขาอยากจะดีอยู่แล้ว** โดยเฉพาะคนที่มาวัดป่ามณีกาญจน์ ไม่ว่าจะเป็นคนเด็ก คนเล็ก คนโต คนเฒ่า คนแก่ อาจารย์ก็พยายามกระตุ้นให้ตามกำลังสติปัญญาของอาจารย์ มาแต่ละครั้งๆ ไม่มากก็น้อยได้ไปทุกครั้ง พุทโธ ฝึกลูก ฝึกหลาน ฝึกตัวเอง ให้ความสำคัญในความสงบ ความสงบจะไปสยบความคึกคะนองต่างๆ แล้วพวกเราคนในครอบครัวก็จะคุยกันรู้เรื่อง คนเรามันคึกคะนองจนกระทั่งควบคุมตัวเองไม่อยู่แล้วเดี๋ยวนี้ ทำร้ายตัวเองก็มี ทำร้ายคนที่ตัวเองรักทั้งนั้นเลยมันคึกคะนอง **ทำความสงบ ความคึกคะนองก็หมดไป ควบคุมได้หมด ความสุขก็เกิดขึ้นทันทีเลย คุยกันรู้เรื่อง เกื้อกูลกันดูแลกัน..."**





"บางอย่างถ้าเขาทำความดี เราให้รางวัล อาจารย์ให้นมบ้าง ให้ขนมเขาบ้าง ตรงนี้ให้รางวัลเขาในคุณงามความดี เขาจะได้แยกแยะออกว่าทำความดีได้รางวัล ทำดีได้ดี ถ้าทุกคนให้ความสำคัญในเด็ก เอาใจใส่หน่อยนะ อาจารย์ทำเป็นตัวอย่าง น้องกรทำเป็นตัวอย่าง หลายๆ คนจะได้หันมาให้ความสำคัญลูกน้อยมีเวลาให้กับเขาบ้าง การทำความดีไม่ได้อยู่ที่อายุว่าจะเป็นเด็กหรือเป็นผู้ใหญ่ **พระพุทธองค์ก็สอนบอกว่าการทำความดีให้ทำปัจจุบันนี้เลย ณ ปัจจุบันนี้เลย ขณะนี้เลยดีที่สุด.."**







"ฝึกความเข้มแข็ง ห้ามอ่อน ถ้าอ่อนแล้วไม่ได้ งี่เง่าใส่กัน ก็ไม่ได้อยู่ด้วยกัน **ถ้าเข้มแข็งอยู่ด้วยกันตลอดเลย สบายมาก มีอะไรเราต้องอดทน อดกลั้น ไม่เป็นไรๆ ยิ้มแย้มแจ่มใสให้กัน** คุยกันด้วยเหตุและผล ไม่ต้องไปอ้อนกันมาก สามีภรรยาอ้อนกันไปอ้อนกันมา ทะเลาะกันแล้วไม่เข้าใจกัน คนนี้ไปทำงาน อันนี้ไปทำงาน ต่างคนต่างทำหน้าที่ และยิ้มแย้มแจ่มใส ให้กำลังใจกันบ้าง พูดจากันดีๆ สบายอยู่ด้วยกันยาวเลย ดูคนโบราณไปไร่ไปนา อีกคนก็ขุด อีกคนก็ถอนหญ้า ต่างคนต่างทำหน้าที่ เขาเข้าใจกัน เสร็จแล้วก็มองหน้ากัน มานั่งกินข้าวด้วยกัน กินก็คือกิน ไม่ต้องไปป้อนกัน ต่างคนต่างกิน เขารักกัน ยาวเลย รักกันตลอดไป..."







"ไทยนี้รักสงบ ความสงบนะ ความเป็นไทย ความเป็นอิสระไม่เป็นเมืองขึ้นใครมารทั้ง ๔ ทิศ มารวมก็ตีเราไม่แตก ดูเมืองไพศาลี เป็นต้น มีทหารอยู่นิดเดียว เป็นเมืองเล็กๆ พระเจ้าอชาตศัตรูส่งกองทัพมาตี ยังไงก็ตีไม่แตก กองทัพใหญ่ เพราะเขามีอปริหานิยธรรม **พระพุทธองค์เคยสอน หมั่นประชุมกันเนืองนิตย์** เมื่อประชุมก็พร้อมใจกันเข้าที่ประชุม ยามเลิกก็พร้อมใจกันเลิก เคารพผู้หลักผู้ใหญ่ในที่ประชุมนั้นๆ นี่แหละธรรมของวัชชี พระเจ้าอชาตศัตรูส่งกองทัพใหญ่มากเลยมาตีเมือง ไม่แตก แค่เมืองเล็กๆ ทำไมตีไม่แตก พระพุทธเจ้าบอกยังไงก็ไม่แตกหรอก เขามีอปริหานิยธรรมอยู่ พระเจ้าอชาตศัตรูรู้อย่างนี้ก็เลยส่งพราหมณ์เข้าไปยุแหย่ ให้ไปสอนราชกุมาร และยุแหย่ให้แตกความสามัคคีกัน เขาว่าพ่อเธอไม่เก่งหรอก เวลารบพ่อเธอไปยืนอยู่แนวหลัง ไม่กล้า ขี้ขลาดอย่างงั้นอย่างงี้ เด็กๆ เอาไปพูดให้พ่อฟัง ทะเลาะกัน แตกความสามัคคี แล้วเป็นยังไง พระเจ้าอชาตศัตรูส่งกองทัพไป ไม่ต้องรบเลย เข้าไปยึดเอาได้ง่าย พอแตกแล้วเป็นยังไง เขาฆ่าทั้งหมดเลย ไม่เหลือไว้ เพราะฉะนั้นเอาอปริหานิยธรรมมาใช้ในครอบครัวของพวกเรา ให้พวกเรามีธรรม เอาธรรมของอปริหานิยธรรมนั้นมา หมั่นประชุมกันเนืองนิตย์ อย่างวัดป่าเรานี้ ทำวัตรเช้า ทำวัตรเย็น หรือแม้กระทั่งการฉันพร้อมเพรียงกัน ถือเป็นการประชุม มีอะไรพูดคุยกันได้ รู้กันหมดเหมือนๆ กัน ทีนี้เราเอาไปใช้ในครอบครัวก็ได้ อย่างน้อยก็ทานอาหารพร้อมกันซักมื้อนึง มื้อเย็น มื้อเช้า ระหว่างนั้นเราจะได้คุยกัน หรือต่างคนต่างทำงานไม่พร้อมกันซักคน คอยดูตอนกลางคืนก่อนจะนอนซิ ไปทำวัตรเข้าได้พร้อมหน้าพร้อมตากันซักครั้งนึง **เพื่อจะได้พูดคุยกันชี้แนะกัน อะไรควรแก้ไข อะไรควรดำเนินเจริญขึ้นเรื่อยๆ แล้วครอบครัวเธอก็จะมีความสามัคคีกัน พูดคุยกันได้ ตีไม่แตกนะ กลายเป็นครอบครัวที่มั่นคง..."**



"รู้รึยังขันติคืออะไร..นั่งไปเรื่อยๆ จะรู้ว่าขันติคืออะไร ไม่รู้ก็นั่งไปเรื่อยๆ ว่า ขันติ คืออะไร ถ้ารู้แล้วก็บอกมา **อาจารย์สอนเด็กให้เข้มแข็งนะ เป็นคนอดทน รู้จักเวลา** นี้ไม่ใช่เวลานอน อาจารย์สอนไปทุกอย่างแล้ว ถ้าไม่เข้าใจก็ถามอาจารย์ จะได้อธิบาย ถ้าเข้าใจบอกด้วย ถ้าไม่เข้าใจก็ถาม ขันติแปลว่าอะไร.. อดทนนั่งนานๆ





เจ็บขา ทำยังไง..อดทน หิวข้าว..อดทน แดดร้อน..อดทน หนาวมาก..อดทน ยุงกัด..อดทน คิดถึงแม่แป๋ว..อดทน กรตอบถูกหมดเลยนะเนี่ย.. อดทน ร้อนก็อดทน.. ถูกยิ่งถูกใหญ่เลย ถูกต้องนะเนี่ย **กรตอบถูกแล้วต้องอดทน..อดทนแล้วจะทำให้งาม เข้มแข็ง ใช้เหตุผลให้มากๆ เข้าใจไหม..."**



"ลองวัดดู แผ่เมตตาแล้วดูที่ใจ จะรู้เลย เป็นเครื่องวัดความร้อนในใจของเรา ความโกรธ ความโมโหโทโส ความอิจฉาพยาบาทต่างๆ มันมากมันน้อย เป็นการเจริญเมตตา เอาไปวัดนี่แหละเป็นเครื่องวัด **เรามาวัด มาวัดใจกันจะได้เห็น ได้เห็นแล้วจะได้ทำการแก้ไขให้ถูกต้อง แก้ไขบ่อยๆ ใจเราจะได้ดีขึ้นๆ สะอาดขึ้นบริสุทธิ์ขึ้น..."**

"ขอให้ตั้งสติ การตั้งสติจะเป็นธรรมอุปการคุณมาก คือสติในการที่เราจะทำหน้าที่การงานทุกอย่าง ในหน้าที่พลเมืองศีลธรรมก็ให้เราตั้งสติ เราอยู่ในสถานะเช่นไร เราเป็นพ่อ เป็นแม่ หรือเราเป็นลูกเรา ต้องทำหน้าที่ของแต่ละคนให้บริบูรณ์ **คือมีสติแล้วมันก็จะบริบูรณ์ในหน้าที่นั้นๆ..."**



"อยู่ใกล้พ่อ ใกล้แม่ มีหูมีตาคอยดูซิ พ่อแม่ทำอะไร พูดอะไร หูเราก็มีอยู่ คอยฟังแล้วก็แก้ไขตัวเองสร้างนิสัยขึ้นมา ทำเป็นคนหูหนวกตาบอด เราสอนที่ดีๆ ใช้ได้ตลอดชีวิต ใช้ทุกภพทุกชาติของดีๆ ไม่ใช่ตอนเด็กๆ น่ารัก พอโตขึ้นทิ้งหมด **ให้รักษาความดีไว้ ฝึกไว้งามๆ...**"



"ตั้งใจฟังไว้เด็กๆ **การนั่งนิ่งๆ อดทน อดกลั้นเรียกว่า ขันติบารมี** เจ็บขาก็อดทน มันร้อนก็อดทน หนาวก็อดทน หิวก็อดทน ฝึกไว้โตขึ้นแล้วจะสบาย **เราจะทำอะไรก็สำเร็จในชีวิต เพราะฝึกความอดทนมาแล้ว วิริยะบารมีเพียรพยายามทำให้ได้** อดทน วิริยะบวกกัน อดทนและพยายามด้วย พุทโธ..เพ่งมองให้เห็นลม ลมเข้าก็รู้ ลมออกก็รู้ ที่ดูของเรามันอยู่ตรงนั้น ไม่สนใจอย่างอื่นสนใจอยู่ที่เดียวจุดเดียว ฝึกไว้ การเพ่งจุดใดจุดหนึ่งเป็นการรวมลงมาแล้ว เราก็กระจายๆ คลายออกให้มันกว้างขึ้นไปอีกก็ได้ รวมให้มันเล็กก็ได้ **เมื่อทำบ่อยๆ เกิดความชำนาญนี้ เราควบคุมได้ คุมจิตของตัวเองได้...**"



"พุทโธไว้นี่แหละ เด็กๆ มีกำลังใจที่จะทำ ดีใจที่ได้นั่งรถมากับคุณพ่อคุณแม่แล้วนี่แหละคือ ลักษณะของเด็กมีความสุข ถึงได้ให้พวกเราผู้ใหญ่จัดสรรวันครอบครัวกันบ้าง เสาร์หรืออาทิตย์ให้พร้อมหน้าพร้อมตากัน พ่อแม่ลูก บางทีมีปู่ย่าตายายด้วย แล้วสังเกตทางด้านจิตใจ ตั้งแต่เด็กเล็ก ผู้ใหญ่นี่มันมีความสุขใจ **เมื่อมีความสุขคือใจมีกำลัง ครอบครัวดีขึ้นเลยนะ** การงานคุณพ่อคุณแม่ก็ดีขึ้น ทำงานแล้วมันไม่เหนื่อย เหนื่อยกายแต่ไม่เหนื่อยใจ มีสติปัญญา เด็กๆ ไปเรียนก็เรียนเก่ง เพราะสภาพจิตใจมันพร้อมแล้ว มีกำลังแล้ว เพราะมีความสุขอยู่ ไม่ใช่หน้าบึ้งหน้างอไปเรียนหนังสือมันจะไปจำอะไรได้..."



"อันนี้แหละเด็กๆ ฝึกการสังเกตนะ ถ้าไม่สังเกตเธอก็จะไม่รู้เรื่องอะไรเลย นั่งรถมากับพ่อกับแม่ก็สังเกตถนนหนทางเป็นยังไง จะเลี้ยวซ้ายเลี้ยวขวา สังเกตว่าคุณพ่อคุณแม่ขับรถยังไง ตอนไหนเบรค ตอนไหนอะไรยังไง เดี๋ยวก็เป็น **เราสังเกตเราก็จะรู้ เราก็จะเห็น นี่แหละจึงฝึกให้พวกเธอสังเกต..."**



"พุทโธฝึกไว้ ผู้ใหญ่ด้วย คนใหญ่ทะเลาะกันก็มีนะ กำลังมันหมด **กำลังสมาธิมันหมด ควบคุมตัวเองไม่อยู่หรอก** รักกันแท้ๆ แต่กระฟัดกระเฟียดใส่กันอยู่ทุกวัน ควบคุมตัวเองไม่ได้ ให้รู้ว่าอันตรายมันกำลังจะเกิดขึ้นกับเรา **มันส่งสัญญาณให้รีบแก้ไขซะ มาทำความสงบกัน..."**

"ใครมีสมาธิดีละก็ยิ้มอยู่เรื่อย หน้าตาจะยิ้มตลอดเหมือนน้องกรนี้..."







“พระพุทธเจ้าสอนว่าควรหาเหตุผล ให้เอาเหตุผลมารองรับให้ได้ ถ้าเขามีเหตุผลรองรับนี่เขายอมได้นะ ที่คนบอกว่ายอมตายซะดีกว่า นี่คือเขาไม่มีเหตุผลมารองรับนะ เพราะเขาคิดว่าเขาถูก ส่วนอีกฝ่ายนั่นผิดเต็มๆ แต่เมื่อมาพูดคุยโต้ตอบกัน มีสิ่งรองรับ มีเหตุผลในสิ่งที่พูด ถ้าไม่มีรองรับยังไงเขาก็ไม่ยอม เพราะเขาคิดว่าเขาถูก...”

"การที่พ่อแม่ทะเลาะกัน ไม่พูดกัน ในฐานะที่เราเป็นลูก เราต้องทำการใช้อุบายรักษาใจตัวเองก่อน ทำให้ตัวเองสงบก่อน ถ้าใจเรามันรุ่มร้อนขึ้นมา หรือเราไปเอียงเข้าข้างใดข้างหนึ่ง เราจะกลายเป็นผู้ผิดเลยนะ เพราะว่าเราไม่รักษาใจตัวเอง ต้องหาอุบายมารักษาใจตัวเองก่อน ให้มันสงบ อาจจะเป็นอุบายว่าไม่เป็นไรหรอก ท่านก็เป็นของท่านอยู่อย่างนี้แหละ ความอยากของเราเองต่างหากที่อยากให้ท่านเป็นอย่างนี้ ไม่อยากเป็นอย่างนี้ **แต่ความเป็นจริงต้องยอมรับ นี่คือการแก้ไขใจตัวเอง** ให้มีความสุขขึ้นมาก่อนนะเราถึงจะมองเห็นชัด การพูดการจา การแสดงกิริยาต้องให้ออกมาถูกต้อง ทำให้ตัวเองสงบก่อน ท่านก็เป็นของท่านอย่างนี้แหละตั้งนานแล้ว นี่คือความสุขของเขา แต่มันไม่ใช่ความสุขของเรา เพราะเราไม่อยาก **ทำยังไงจะสร้างความสุขของตัวเองขึ้นมาได้ คือต้องสร้างความพอใจให้กับตัวเอง** พอใจที่มีครอบครัวแบบนี้ พอใจที่มีพ่อแม่แบบนี้ คนที่ไม่เข้าใจท่านช่างเขา แต่เราเข้าใจท่าน ที่เห็นท่านถกเถียงกันมาอย่างนี้ เขาก็เลี้ยงเรามาจนโตนะ เขามีปัญญาเลี้ยงเรามานี่คือความรักที่เขามีให้เรา แต่ตรงนั้นมันเป็นเพียงตามนิสัยของท่าน แล้วท่านก็อยู่กันมาได้ ถ้าไม่เถียงกันก็ไม่ใช่พ่อแม่เรา เพราะเขาเป็นอย่างนี้แหละ เขาถึงได้เลี้ยงเรามาจนโต เพราะเขาชอบกันแบบนี้ ถ้าเราไปเปลี่ยนพ่อแม่ เขาอาจจะไม่ชอบกันก็ได้ **ดังคำพระพุทธเจ้าที่สอนให้เราสร้างความพอใจซะก่อน** แล้วสอนตัวเองให้เข้าใจในสถานการณ์ต่างๆ ว่าเป็นความเข้าใจผิดของเราเอง เราอย่าไปเอาแต่ใจสิทั้งๆ ที่เราใช้ความอยาก อยากให้คนอื่นมีความสุขมากขึ้น **แค่ยอมรับความเป็นจริงแค่นี้แหละคือความสุข** คือยี่ห้อของครอบครัวเรามันเป็นแบบนี้ อย่าไปเปลี่ยนแปลงมากนักมันจะไม่ปกติ..."





“เราเป็นลูกที่ดี ให้รักษาความถูกของตัวเองไว้ด้วยการยอมเข้าไว้ แล้วเราจะดูดี...”

“ถูกก็ต้องเย็นก็ต้องเบา ถ้ามันเริ่มร้อนๆ นี่ไม่ใช่แล้ว ดูอาการเป็นหลักนะ แล้วเราจะได้ค้นหาตรงไหนที่มันไม่ถูก ตอนนี้ต้องยอมรับว่ามันไม่ถูก พอมันเริ่มมีอาการร้อนๆ ขึ้นมาแล้ว มันไม่เย็น มันรู้สึกหนักๆ อาการตรงนี้มันบ่งบอกว่ามันผิดตรงไหนสักที่ **ต้องพิจารณาหาที่ผิดแล้วแก้ไขให้มันถูก แล้วอาการและคำตอบตรงนี้มันจะเปลี่ยนไป...”**

“คนที่คิดว่าตัวเองถูกหมด วิธีการทุกอย่างถูกหมดเลยนะ แต่มาผิดตอนกดเครื่องคิดเลขเนี่ย เพราะฉะนั้นตัวเลขที่ออกมามันบ่งบอกเลยว่าผิด ตัวเองก็สงสัยว่าผิดได้ยังไง ก็ไล่วิธีการทุกอย่างมาถูกหมด ก็มันมาผิดตรงกดเครื่องคิดเลขไง เรื่องราวทุกอย่างมาถูกหมด **มาผิดตรงที่ใจเราต่อต้านไม่ยอม** ตรงนี้แหละเหมือนกับกดเครื่องคิดเลขเลย **ถ้าผ่านตรงนี้ไปได้ แล้วเธอยอมหมดนะ.. หมดเลย.. ผลจะออกมาเบาเย็นแน่นอนเลย** พระอาจารย์บอกให้รักษาความถูกของตัวเองไว้ มาผิดตอนสุดท้ายนี่น่าเสียใจมากเลย พอไล่ดูมันถูกมาหมดเลยนะ มาผิดเอาขั้นตอนสุดท้ายแล้วนะเนี่ย ก็คือ ยอมเนี่ย...”


“น้องกรรู้จักการวางตัวกับบุคคล” เขาไม่รู้
เขามีอะไรของเขานะ เขาจะรู้เวลาควรทำอะไร
ควรทำอะไร อันนี้ที่พิเศษของเขาคือ ผ่านมา
หลายๆ ครั้งแล้ว เขาเปลี่ยนตัวได้เข้าสถานการณ์
ได้หมด หรือกับหลวงปู่ใหญ่ๆ มา เขาก็จะ
เปลี่ยนตัวเองเข้าไปกราบเป็นอีกแบบหนึ่ง
ปรากฏอีกแบบหนึ่ง เขาจะรู้จักวางตัว”



"พูดจาต้องมีเหตุผลและถูกเวลา" ได้ยินเวลาที่พ่อแม่พูดไหม พ่อแม่กำลังสอนเราอยู่หน้าดำคร่ำเครียด ไอ้เราไปพูดเข้าไปเนี่ยเถียงพ่อเถียงแม่ผิดเลยนะ ทำให้ท่านโมโหหนักยิ่งกว่าเก่าอีก คนที่ฝึกมาแล้วก็ปล่อยท่านไป ปล่อยให้ท่านอารมณ์ดีแล้วค่อยเข้าไปพูด อันนี้พูดได้เจรจาได้เลยพ่อแม่ยิ้มแย้ม ถ้าเรารู้จักเวลา กลายเป็นการไปพูดเจรจากับพ่อกับแม่มีเหตุมีผล พ่อแม่มองดูลูกตนแล้วชื่นใจ แต่ถ้าผิดเวลามีแต่เถียงพ่อเถียงแม่นะ ทะเลาะกันจริงๆ ด้วย **มันอยู่ที่เราฝึกมาดีรึเปล่า กาลนี้ควรพูดหรือไม่ควรพูด จะทำอะไรรู้จักกาลเวลา รู้จักสถานที่ รู้จักบุคคล**





"สิ่งที่ควรปลูกฝังให้ลูกหลาน" วันพระ.. เราชาวพุทธควรชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์.. เพราะว่าเราอาจทำหรือไปพูดอะไร โดยที่ตั้งใจหรือไม่ตั้งใจที่มันเป็นบาปเป็นกรรม จึงควรจะสมาทานศีลกันให้จิตใจบริสุทธิ์ ถ้าอยู่บ้านขอแนะนำชาวพุทธนะ วันนี้วันพระ เรียกลูกเรียกหลานตื่นขึ้นมาแต่เช้า อาบน้ำชำระร่างกายเรียบร้อย เข้าห้องพระหรือห้องนอนก็ได้ทั้งนั้นแหละ มาสมาทานศีลกัน เด็กๆ เขาจะได้ดีใจ ได้รู้ว่าชาวพุทธมีกิจกรรมทำอะไรบ้าง เขาจะได้ให้ความสำคัญในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เขาจะได้ให้ความสำคัญในศีล อะไรคือข้องดเว้น พาเขาสมาทานมีผลนะ เด็กไปโรงเรียนนี้เขาไปคุยกับเพื่อนว่าเราสมาทานศีลมาแล้วนะ อย่างน้อยที่สุด **ลูกหลานของเราอยู่ในศีลอยู่ในธรรม โตขึ้นพ่อแม่สบายเลยนะ ของดีของชาวพุทธมี**

"ทำความดีเพื่อพ่อหลวง" ดูพ่อหลวงของเราซิ พ่อหลวงท่านเข้มแข็งมากเลยนะ **ดูท่านทำให้เป็นตัวอย่าง..อดทน อดกลั้น** เราเองนี้มีความภาคภูมิใจนะ ที่มีพ่อแบบนี้ เพราะฉะนั้นพวกเราก็เหมือนกันนะ เรามีพ่อแบบนี้ โอกาสดีของพวกเราแล้ว **ก็ต้องเป็นลูกที่ดี ตั้งใจทำคุณงามความดีกัน** ความสามัคคีคือพลัง สอนให้มีความสามัคคีกัน มีความอดทนอดกลั้น แล้วก็จะพบกับความสุข ความเจริญในชีวิต..จิตใจจะเข้มแข็ง



เราควรความสร้างความสงบในตัวเองให้มาก

เมื่อเราฝึกสร้างความความสงบมาดีแล้ว ต่อให้อยู่ที่ไหนๆ เราก็จะ"สงบ"ได้

....คำสอนที่ได้จาก หลวงปู่สาคร ธัมมาวุโธ...



"คำขมาพ่อแม่"

สิ่งใดๆ ที่ลูกได้ล่วงเกินคุณพ่อ คุณแม่ ด้วยกายวาจาใจ ต่อหน้าและลับหลัง ตั้งใจก็ดี ไม่ได้ตั้งใจก็ดี ขอให้คุณพ่อคุณแม่ยกโทษ อโหสิกรรมให้กับลูกด้วย

ลูกขอสัญญาว่าจะเป็นเด็กดี จะเชื่อฟังพ่อแม่ ครูบาอาจารย์ จะไม่ดื้อ จะไม่ทำให้คุณพ่อคุณแม่ผิดหวัง เพื่อความสุขความเจริญ แก่ครอบครัวของเราต่อไป

(กราบพ่อแม่ ๓ ครั้ง ให้ท่านอโหสิกรรมให้)









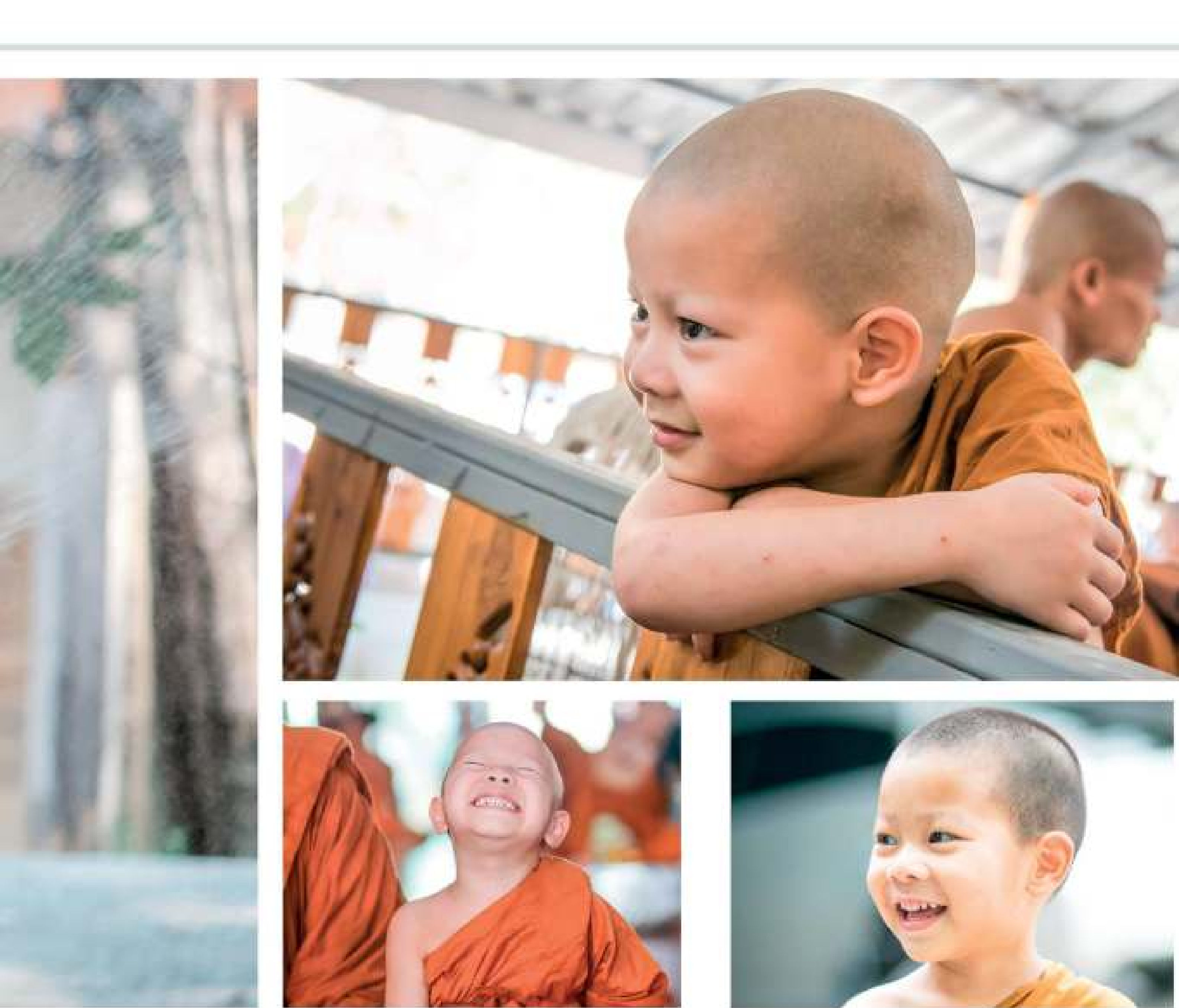






















คำขอบพระคุณจากคณะผู้จัดทำ



- กราบขอบพระคุณ พระครูภาวนาวราทร (พระอาจารย์อำนวย จิตตสังวโร) ที่เมตตาตั้งชื่อหนังสือให้ และให้คำแนะนำในการจัดทำหนังสือเล่มนี้



- ขอบพระคุณ แม่แป๋ว วริษฐา เสือแผ้ว, แม่อร ดลนภัส เขียนทอง, น้าบุ๋ง ประไพพัฒน์ ส่างสวัสดิ์, พี่ยีส นัทธมน จันดี ให้ความอนุเคราะห์ช่วยเหลือตลอดการถ่ายภาพน้องกร และให้คำแนะนำในการวางโครงร่างรูปแบบหนังสือ, น้องโจ ปิยทัศน์ สุขสวัสดิ์ ที่ร่วมแบ่งปันภาพถ่ายน้องกร เพื่อใช้ประกอบในหนังสือ



- ขอบพระคุณพี่เอ อธิภัทธ ธนวสุศรี และครอบครัว ผู้บันทึกคลิปวิดีโอคำสอนเพื่อแบ่งปัน และคลิปวิดีโอบางส่วนจากแฟนคลับเพจน้องกร วัดป่ามณีกาญจน์
- ขอบพระคุณและขออนุโมทนาบุญกับแฟนคลับทุกๆ ท่าน ที่ได้ให้กำลังใจ และร่วมสมทบทุนในการจัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้



- ภาพถ่ายน้องกร โดย :
  นัทธมน จันดี / ปิยทัศน์ สุขสวัสดิ์ / ปิตานันท์ เดชสวนะ / เมธยา ชิตาภรณ์พันธุ์ / สุดารัตน์ อินทราฉัตรจามร



พิมพ์ครั้งที่ ๑/๒๕๖๐